प्रारंभिक पालि की कुंजी

(की टु पालि प्राइमर का हिन्दी अनुवाद)

लिली डे सिल्वा
एम.ए., पीएच.डी.

विपश्यना विशोधन विन्यास

प्रारंभिक पालि की कुंजी

(की टु पालि प्राइमर का हिन्दी अनुवाद)

लिली डे सिल्वा, एम. ए., पीएच. डी

विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी

© विपश्यना विशोधन विन्यास
सर्वाधिकार सुरक्षित

प्रथम संस्करण : मार्च २०११

मूल्यः रु. ५०/-

ISBN 978-81-7414-324-2

प्रकाशकः
विपश्यना विशोधन विन्यास
धम्मगिरि, इगतपुरी - ४२२ ४०३
जिला- नाशिक, महाराष्ट्र
फोनः ०२५५३-२४४०७६, २४४०८६, २४३७१२,
२४३२३८; फैक्सः ९१-२५५३-२४४१७६
Email: vri_admin@dhamma.net.in
info@giri.dhamma.org
Website: www.vridhamma.org

मुद्रकः
अपोलो प्रिंटिंग प्रेस
जी-२५९, सीकॉफ लिमिटेड, ६९ एम. आय. डी. सी.,
सातपुर, नाशिक-४२२००७, महाराष्ट्र

विषय-सूची

आमुख १
अभ्यास - १ ..... ३
अभ्यास - २ ..... ४
अभ्यास - ३ ..... ६
अभ्यास - ४ ..... ८
अभ्यास - ५ ..... १०
अभ्यास - ६ ..... १२
अभ्यास - ७ ..... १४
अभ्यास - ८ ..... १६
अभ्यास - ९ ..... १९
अभ्यास - १० ..... २१
अभ्यास - ११ ..... २३
अभ्यास - १२ ..... २६
अभ्यास - १३ ..... २८
अभ्यास - १४ ..... ३१
अभ्यास - १५ ..... ३३
अभ्यास - १६ ..... ३५
अभ्यास - १७ ..... ३६
अभ्यास - १८ ..... ३८
अभ्यास - १९ ..... ३९
अभ्यास - २० ..... ४२
अभ्यास - २१ ..... ४३
अभ्यास - २२ ..... ४६
अभ्यास - २३ ..... ४८
अभ्यास - २४ ..... ४९
अभ्यास - २५ ..... ५१
अभ्यास - २६ ..... ५४
अभ्यास - २७ ..... ५५
अभ्यास - २८ ..... ५७
अभ्यास - २९ ..... ५९
अभ्यास - ३० ..... ६१
अभ्यास - ३१ ..... ६३
अभ्यास - ३२ ..... ६५
विपश्यना साहित्य ६७
विपश्यना साधना केंद्र ७०

आचार्य श्री सत्यनारायणजी गोयन्का एवं श्रीमती इलायचीदेवी गोयन्का

शील समाधि ज्ञान की, बही त्रिवेणी धार।
डुबकी मारे सो तिरे, हो दुखसागर पार॥

आमुख

विपश्यना शोध संस्थान द्वारा प्रकाशित लिली डे सिल्वा कृत प्रारंभिक पालि, पालि पढ़ने वाले छात्रों के लिए प्रारंभिक भूमिका है। रचना के माध्यम से व्याकरण सिखाने के सिद्धान्त पर यह पुस्तक लिखी गयी है जिसमें क्रमशः विस्तृत शब्दावली का प्रयोग किया गया है। पालि से हिन्दी तथा हिन्दी से पालि में अनुवाद के लिए अभ्यास हर पाठ का अनिवार्य भाग है।

जिन विद्यार्थियों ने इस पुस्तक को उपयोगी पाया है उनका यह अनुरोध था कि प्रारंभिक पालि में दिये गये अभ्यासों के उत्तर भी प्राप्त कराये जायं। प्रो. लिली डे सिल्वा ने कृपा कर उत्तरों को संकलित किया है।

आशा की जाती है कि यह पुस्तक बुद्ध की मातृभाषा पालि सीखने वालों के लिए बड़े काम की होगी।

विपश्यना विशोधन विन्यास

अभ्यास - १

हिन्दी में अनुवाद

१. राजा खाता है।
२. पुत्र सोते हैं।
३. व्यापारी सोते हैं।
४. बुद्ध देखते हैं।
५. लड़का दौड़ता है।
६. मामा (हल) जोतता है।
७. ब्राह्मण लोग बोलते हैं।
८. मित्र जाते हैं।
९. किसान (खाना) पकाते हैं।
१०. आदमी काटता है।
११. लोग दौड़ते हैं।
१२. मित्र खाता है।
१३. तथागत बोलते हैं।
१४. आदमी पकाता है।
१५. मित्र जोतते हैं।
१६. बुद्ध आते हैं।

पालि में अनुवाद

१. पुत्ता धावन्ति।
२. मातुलो पस्सति।
३. बुद्धो आगच्छति।
४. कुमारा भुञ्जन्ति।
५. वाणिजा गच्छन्ति।
६. मनुस्सो/पुरिसो/नरो सयति।
७. भूपाला गच्छन्ति।
८. ब्राह्मणो छिन्दति।
९. मित्ता भासन्ति।

१०. कस्सको कसति।
११. वाणिजो आगच्छति।
१२. पुत्ता छिन्दन्ति।
१३. मातुला भासन्ति।
१४. कुमारो धावति।
१५. मित्तो भासति।
१६. बुद्धो पस्सति।

अभ्यास - २

हिन्दी में अनुवाद

१. तथागत धर्म कहते हैं।
२. ब्राह्मण भात खाते हैं।
३. मनुष्य सूरज देखता है।
४. लड़के गीदड़ों को मारते हैं।
५. भिखारी भात मांगते हैं।
६. किसान गड्ढे खोदते हैं।
७. मित्र गांव आता है।
८. राजा मनुष्यों की रक्षा करता है।
९. पुत्र पर्वत की ओर जाते हैं।
१०. लड़का बुद्ध की वन्दना करता है।
११. व्यापारी पात्र लाते हैं।
१२. मनुष्य विहार जाता है।
१३. कुत्ते पर्वत की ओर दौड़ते हैं।
१४. गीदड़ गाँव आते हैं।
१५. ब्राह्मण मित्रों को लाते हैं।
१६. राजा सुगत की वन्दना करते हैं।
१७. भिखारी सोते हैं।
१८. मित्र कुत्तों को ले जाते हैं।
१९. पुत्र चन्द्रमा देखता है।

२०. किसान गाँव की ओर दौड़ता है।
२१. व्यापारी वृक्षों को काटते हैं।
२२. मनुष्य गीदड़ को तीर से बींधता है।
२३. लड़का भात खाता है।
२४. भिखारी कुत्ते को मारता है।
२५. मित्र पर्वतों पर चढ़ते हैं।

पालि में अनुवाद

१. मनुस्सा/पुरिसा/नरा विहारं गच्छन्ति।
२. कस्सका पब्बते आरुहन्ति।
३. ब्राह्मणो भत्तं/ओदनं भुञ्जति।
४. बुद्धो कुमारे पस्सति।
५. मातुला पत्ते नीहरन्ति।
६. पुत्तो सुनखं/सोणं/कुक्कुरं रक्खति।
७. भूपालो बुद्धं वन्दति।
८. वाणिजो कुमारं आहरति।
९. मित्ता/सहायका/सहाया ब्राह्मणं वन्दन्ति।
१०. याचका भत्तं याचन्ति।
११. वाणिजा सिगाले विज्झन्ति।
१२. कुमारा पब्बतं आरुहन्ति।
१३. कस्सको गामं धावति।
१४. वाणिजो भत्तं पचति।
१५. पुत्ता मातुलं वन्दन्ति।
१६. भूपाला मनुस्से रक्खन्ति।
१७. बुद्धो विहारं आगच्छति।
१८. पुरिसा ओरुहन्ति।
१९. कस्सका आवाटे खणन्ति।
२०. वाणिजो धावति।
२१. सुनखो/सोणो/कुक्कुरो चन्दं पस्सति।
२२. कुमारा रुक्खे आरुहन्ति।
२३. ब्राह्मणो पत्तं आहरति।

२४. याचको सयति।
२५. भूपालो बुद्धं पस्सति।

अभ्यास - ३

हिन्दी में अनुवाद

१. बुद्ध शिष्यों के साथ विहार जाते हैं।
२. मनुष्य पुत्र के साथ द्वीप पर दौड़कर जाता है
३. किसान वाण से गीदड़ को बींधता है।
४. ब्राह्मण मामा के साथ पर्वत पर चढ़ते हैं।
५. पुत्र पैरों से कुत्तों को मारते हैं।
६. मामा पुत्रों के साथ रथ से गाँव आते हैं।
७. लड़के हाथों से पात्र लाते हैं।
८. चोर मार्ग से घोड़े का हरण करता है।
९. किसान गड्ढे में उतरता है।
१०. राजा पण्डितों के साथ श्रमणों को देखते हैं।
११. पंडित राजा के साथ तथागत की वंदना करते हैं।
१२. पुत्र मित्र के साथ भात खाते हैं।
१३. व्यापारी पत्थर से मृग को मारता है।
१४. कुत्ते पैरों से गड्ढे खोदते हैं।
१५. ब्राह्मण पुत्र के साथ सूरज की वंदना करता है।
१६. किसान कुत्तों के साथ वृक्षों की रक्षा करता है।
१७. सुगत शिष्यों के साथ विहार आते हैं।
१८. भिखारी पात्र में भात लाता है।
१९. पंडित स्वर्ग जाते हैं।
२०. लड़के घोड़ों के साथ गाँव की ओर दौड़ते हैं।
२१. चोर तलवार से मनुष्य पर प्रहार करता है।
२२. व्यापारी गाड़ी से अनेक दीपक लाता है।
२३. घोड़े मार्ग पर दौड़ते हैं।
२४. गीदड़ मृगों के साथ पर्वत की ओर दौड़ते हैं।

२५. राजा पंडित के साथ मनुष्यों की रक्षा करता है।

पालि में अनुवाद

१. समणो मित्तेन सह बुद्धं पस्सति।
२. सावका तथागतेन सह विहारं गच्छन्ति।
३. अस्सो सोणेहि सद्धिं पब्बतं धावति।
४. कुमारो पासाणेन दीपं पहरति।
५. वाणिजा सरेहि मिगे विज्झन्ति।
६. कस्सका हत्थेहि आवाटे खणन्ति।
७. कुमारा मातुलेन सद्धिं रथेन विहारं गच्छन्ति।
८. ब्राह्मणो मित्तेन सह भत्तं/ओदनं पचति।
९. भूपालो पण्डितेहि सह दीपं रक्खति।
१०. भूपाला पुत्तेहि सद्धिं समणे वन्दन्ति।
११. चोरा अस्से दीपं आहरन्ति।
१२. सावका पुरिसेहि सह पब्बते आरुहन्ति।
१३. वाणिजा कस्सकेहि सद्धिं रुक्खे छिन्दन्ति।
१४. याचको मित्तेन सह आवाटं खणति।
१५. ब्राह्मणो मातुलेहि सह चन्दं पस्सति।
१६. चोरो खग्गेन अस्सं पहरति।
१७. पुत्तो पत्तेन ओदनं आहरति।
१८. कुमारा सुनखेहि सह पब्बतं धावन्ति।
१९. वाणिजा कस्सकेहि सद्धिं सकटेहि गामं आगच्छन्ति।
२०. मातुला पुत्तेहि सह रथेहि विहारं आगच्छन्ति।
२१. सिगाला मग्गेन पव्वतं धावन्ति।
२२. कुक्कुरा पादेहि आवाटे खणन्ति।
२३. नरो हत्थेन ककचं हरति।
२४. समणा सग्गं गच्छन्ति।
२५. बुद्धो सावकेहि सद्धिं गामं आगच्छति।

अभ्यास - ४

४. हिन्दी में अनुवाद

१. चोर गाँव से पर्वत की ओर दौड़ते हैं।
२. लड़का मामा से भात माँगता है।
३. लड़का सीढ़ी से गिरता है।
४. मामा वस्त्र धोते हैं।
५. धीवर टोकरियों से मछलियाँ लाते हैं।
६. उपासक श्रमणों के साथ विहार से निकलते हैं।
७. ब्राह्मण आरा से वृक्ष काटते हैं।
८. लड़के मित्रों के साथ राजा को देखते हैं।
९. व्यापारी घोड़े के साथ पर्वत से उतरता है।
१०. भिखारी किसान से कुत्ता मांगता है।
११. सांप पर्वतों से गांव में आते हैं
१२. मंत्री बाण से हिरणों को बींधते हैं।
१३. चोर गांव से गाड़ी द्वारा वस्त्रों की चोरी करता है।
१४. राजा मंत्रियों के साथ रथ से महल आता है।
१५. सूअर पैरों से गड्ढे खोदते हैं।
१६. लड़का मित्रों के साथ वस्त्र धोता है।
१७. श्रमण गाँव से उपासकों के साथ निकलते हैं।
१८. कुत्ता टोकरी से मछली खाता है।
१९. मित्र पुत्र से कुत्ता मांगता है।
२०. बुद्ध श्रावकों से पूछते हैं।
२१. मंत्री पंडितों से प्रश्न पूछते हैं।
२२. धोबी मित्र के साथ वस्त्र धोता है।
२३. मछलियाँ टोकरी से गिरती हैं।
२४. चोर सूअरों को पत्थर मारते हैं।
२५. मंत्री महल से सुग्गा लाता है।

पालि में अनुवाद

१. अस्सा गामम्हा पब्बतं धावन्ति।
२. वाणिजा उपासकेहि सद्धिं दीपम्हा विहारं आगच्छन्ति।
३. चोरा सरेहि वराहे विज्झन्ति।
४. उपासको समणा धम्मं पुच्छति।
५. दारको मित्तेन सद्धिं पासाणम्हा पतति।
६. सोणो/सुनखो/कुक्कुरो कुमारं डसति।
७. अमच्चा भूपालेन सह पासादम्हा निक्खमन्ति।
८. पुरिसो दीपम्हा मिगं आहरति।
९. कस्सको रुक्खम्हा ओरुहति।
१०. सुनखा अस्सेहि सह मग्गेन धावन्ति।
११. कुमारा वाणिजेहि दीपे हरन्ति।
१२. चोरो सोपानम्हा ओरुहति।
१३. वाणिजा पब्बतेहि सुके आहरन्ति।
१४. अस्सो पादेन सप्पं पहरति।
१५. मातुलो मित्तेहि सह पब्बतेहि समणे पस्सति।
१६. वाणिजा दीपम्हा अस्से पासादं आहरन्ति।
१७. अमच्चो चोरं पुच्छति।
१८. कस्सको रजकेन सद्धिं ओदनं भुञ्जति।
१९. दारको सोपानम्हा पतति।
२०. धीवरो मातुलेन सह पब्बतं आरुहति।
२१. याचको सनुखेन सह सयति।
२२. भूपाला अमच्चेहि सद्धिं दीपे रक्खन्ति।
२३. भूपालो पासादम्हा बुद्धं वन्दति।
२४. नरो खग्गेन सप्पं हनति।
२५. धीवरा सकटेहि मच्छे गामं आहरन्ति।
२६. वराहा गामम्हा पब्बतं धावन्ति।
२७. उपासका पण्डिता पञ्हे पुच्छन्ति।
२८. पुत्तो रुक्खम्हा सुवं आहरति।
२९. पण्डिता विहारं गच्छन्ति।
३०. सावका मग्गेन गामं गच्छन्ति।

अभ्यास - ५

हिन्दी में अनुवाद

१. व्यापारी धोबी को धोती देता है।
२. वैद्य आचार्य के लिए दीपक लाता है।
३. मृग चट्टान से पर्वत की ओर दौड़ते हैं।
४. मनुष्य बुद्धों से धर्म प्राप्त करते हैं।
५. मनुष्य वैद्य के लिए गाड़ी खींचता है।
६. लडका हाथ में भिखारी के लिए भात लाता है।
७. भिखारी आचार्य के लिए गड्ढा खोदता है।
८. धोबी मंत्रियों को कपड़े देता है।
९. ब्राह्मण श्रावकों के लिए चारपाइयां लाता है।
१०. वन्दर वृक्ष से गिरता है, कुत्ता बन्दर को काटता है।
११. मछुवारे टोकरियों में मंत्रियों के लिए मछलियां लाते हैं।
१२. किसान व्यापारी के लिए वृक्ष काटता है।
१३. चोर कुदाली से आचार्य के लिए गड्ढा खोदता है।
१४. वैद्य पुत्रों के लिए भात पकाता है।
१५. तपस्वी शिकारी के साथ बात करता है।
१६. शिकारी तपस्वी को दीप/बाघ की खाल देता है।
१७. शेर मृगों को मारते हैं।
१८. वन्दर पुत्र के साथ वृक्ष पर चढ़ता है।
१९. श्रमण उपासकों से भात प्राप्त करते हैं।
२०. वच्चे रोते हैं, लड़का हँसता है, मामा लड़के को मारता है।
२१. वन्दर पर्वत से उतरते हैं, वृक्षों पर चढ़ते हैं।
२२. चोर रथ में वैठते हैं, मंत्री रथ को त्यागते हैं।
२३. आचार्य लड़के के लिए वृक्ष से तोता लाते हैं।
२४. शिकारी पर्वत से वकरी को खींच कर लाता है।
२५. तपस्वी पर्वत से शेर को देखते हैं।
२६. व्यापारी किसानों से लाभ प्राप्त करते हैं।

२७. शिकारी व्यापारियों के लिए सूअरों को मारता है।
२८. तपस्वी आचार्य से प्रश्न पूछते हैं।
२९. पुत्र पलंग से गिरता है।
३०. लडके मित्रों के साथ नहाते हैं।

पालि में अनुवाद

१. वाणिजा अमच्चानं अस्से आहरन्ति।
२. लुद्दको वाणिजाय अजं हनति।
३. पुरिसो कस्सकाय/कस्सकस्स ककचेन रुक्खे छिन्दति।
४. मिगा सीहम्हा धावन्ति।
५. भूपालो उपासकेहि सद्धिं बुद्धं वन्दति।
६. चोरा गामेहि पब्बते धावन्ति।
७. रजको भूपालाय/भूपालस्स साटके धोवति।
८. धीवरो पिटकेहि कस्सकानं मच्छे आहरति।
९. आचरियो विहारं पविसति, समणे पस्सति।
१०. सप्पो मक्कटं/वानरं डसति।
११. कुमारा ब्राह्मणस्स/ब्राह्मणाय मञ्चं आकड्ढन्ति।
१२. चोरा पुरिसेहि/नरेहि/मनुस्सेहि/सद्धिं/सह पासादं पविसन्ति।
१३. कस्सका धीवरेहि मच्छे लभन्ति।
१४. वराहा दीपम्हा पब्बतं गच्छन्ति।
१५. भूपालो पासादं पजहति, पुत्तो विहारं पविसति।
१६. सीहो सयति, मक्कटा/वानरा कीळन्ति।
१७. आचरियो सुनखम्हा/कुक्कुरम्हा/सोणम्हा पुत्ते रक्खति।
१८. लुद्दका अमच्चानं सरेहि मिगे विज्झन्ति।
१९. दारका मातुलम्हा भत्तं इच्छन्ति।
२०. वेज्जो तापसस्स साटकं ददाति।
२१. वाणिजो आचरियाय/आचरियस्स सकटेन अजं आहरति।
२२. पुत्ता पब्बतम्हा/पब्बतस्मा चन्दं पस्सन्ति।
२३. पण्डिता धम्मम्हा लाभं लभन्ति।
२४. वानरा गामम्हा निक्खमन्ति।
२५. पुत्तो पब्बतस्मा मित्ताय सुकं आहरति।

२६. वेज्जो विहारं पविसति।
२७. सिगालो गामम्हा मग्गेन पब्बतं धावति।
२८. सकटो मग्गम्हा पतति, दारको रोदति।
२९. अमच्चा सोपानं आरुहन्ति, वेज्जो सोपानं ओरुहति।
३०. पण्डिता बुद्धस्मा पञ्हे पुच्छन्ति।

अभ्यास - ६

हिन्दी में अनुवाद

१. किसान का बेटा वैद्य के मित्र के साथ आता है।
२. ब्राह्मण की कुदाली हाथ से गिरती है।
३. मृग गड्ढों से निकलते हैं।
४. व्यापारियों के घोड़े किसान के गाँव की ओर दौड़ते हैं।
५. मामा का मित्र तथागत के श्रावकों की वंदना करता है।
६. मंत्री राजा की तलवार से साँप को मारता है।
७. व्यापारी गाँव में मनुष्यों के लिए टोकरियों से मछलियां लाते हैं।
८. चोर वैद्य की गाड़ी से मित्र के साथ गाँव से निकलता है।
९. उपासक के पुत्र श्रमणों के साथ विहार जाते हैं।
१०. भिखारी मंत्री की धोती चाहता है।
११. मित्रों के मामा तपस्वियों के लिए भात देते हैं।
१२. मछुआरे के आरे से चोर कुत्ते को मारता है।
१३. राजा का पुत्र मंत्री के घोड़े पर चढ़ता है।
१४. पण्डित के पुत्र बुद्ध के शिष्य के साथ विहार में प्रवेश करते हैं।
१५. सूरज मनुष्यों की रक्षा करता है।
१६. वैद्य का कुत्ता आचार्य की सीढ़ी से गिरता है।
१७. धोबी वृक्षों से उतरते हैं।
१८. भिखारी के बच्चे रोते हैं।
१९. शिकारी के बेटे चोर के बच्चों के साथ खेलते हैं।
२०. तपस्वी तथागत के श्रावकों के लिए भात देता है।
२१. श्रमण आचार्य के हाथ से चीवर प्राप्त करते हैं।

२२. चोर व्यापारी के मित्र से घोड़ा माँगता है।
२३. उपासक तथागत के श्रावकों से प्रश्न पूछते हैं।
२४. चट्टान से मृग गिरता है, शिकारी हंसता है, कुत्ते दौड़ते हैं।
२५. वैद्य का पात्र पुत्र के हाथ से गिरता है।
२६. लड़का मामाओं के पुत्रों को अपने हाथ से भात देता है।
२७. वाण शिकारी के हाथों से गिरते हैं, मृग पर्वत की ओर दौड़ते हैं।
२८. राजा का पुत्र मंत्रियों के साथ महल से उतरता है।
२९. वैद्य का कुत्ता किसान के सूअर को काटता है।
३०. मछुआ/धीवर मनुष्यों के लिए मछलियां लाता है, लाभ प्राप्त करता है।

पालि में अनुवाद

१. ब्राह्मणस्स पुत्ता अमच्चस्स पुत्तेन सह नहायन्ति।
२. मातुलस्स मित्तो कस्सकस्स पुत्तेन सद्धिं ओदनं पचति।
३. धीवरो भूपालस्स पासादं मच्छे आहरति।
४. भूपालो पासादम्हा अमच्चानं पुत्ते पक्कोसति।
५. वाणिजस्स रथो पब्बतस्मा पतति।
६. भूपालस्स अमच्चा अस्सेहि सह पासादस्मा निक्खमन्ति।
७. ब्राह्मणस्स वेज्जो तापसानं साटके ददाति।
८. लुद्दकस्स सुनखा पब्बतस्मा गामं धावन्ति।
९. वाणिजो वेज्जस्स दारकाय मञ्चं आहरति।
१०. मिगा पब्बतस्मा गामं धावन्ति।
११. आचरियस्स दारको कस्सकस्स रुक्खम्हा पतति।
१२. सुनखो धीवरस्स पिटकस्मा मच्छे खादति।
१३. बुद्धस्स सावका विहारस्मा पब्बतं गच्छन्ति।
१४. लुद्दको अमच्चस्स मित्तानं सरेन सूकरं हनति।
१५. दारको आचरियस्स हत्थेहि दीपं लभति।
१६. वेज्जानं आचरियो दारकस्स मातुलं पक्कोसति।
१७. कुमारो पत्तेन समणाय भत्तं आहरति।
१८. पुरिसा उपासकानं गामं गच्छन्ति।
१९. वराहा/सूकरा सिगालेहि धावन्ति।
२०. मक्कटा/वानरा मिगेहि सद्धिं कीळन्ति।

२१. पण्डितो वाणिजेहि सह भूपालस्स दीपं आगच्छति।
२२. कस्सकस्स दारका मातुलानं रथेहि पब्बतं गच्छन्ति।
२३. साटका वाणिजानं सकटेहि पतन्ति।
२४. समणो भूपालस्स हत्थेहि पत्तं लभति।
२५. रजको पुरिसस्स मातुलाय साटके आहरति।
२६. भूपालस्स अमच्चा आचरियस्स मित्तेहि सद्धिं ओदनं भुञ्जन्ति।
२७. पण्डिता भूपालानं दीपे चोरेहि रक्खन्ति।
२८. कुमारा कस्सकेहि धीवरानं पिटके आहरन्ति।
२९. कस्सकस्स अस्सो वेज्जस्स रथं मग्गम्हा आकड्ढति।
३०. समणा आचरियस्स गामं पविसन्ति।

अभ्यास - ७

हिन्दी में अनुवाद

१. ब्राह्मण मित्र के साथ रथ पर बैठता है।
२. असत्पुरुष चोरों के साथ गाँवों में घूमते हैं।
३. व्यापारी किसान के घर में भात पकाता है।
४. राजा के मंत्री द्वीपों पर मनुष्यों की रक्षा करते हैं।
५. सुगत के श्रावक विहार में रहते हैं।
६. वन्दर वृक्ष से गड्ढे में गिरता है।
७. सूरज का प्रकाश समुद्र पर पड़ता है।
८. किसानों के बैल गाँव में घूमते हैं।
९. वैद्य का लड़का चारपाई पर सोता है।
१०. मछुआरे समुद्र से टोकरियों में मछलियां लाते हैं।
११. शेर चट्टान पर खड़ा है, बन्दर वृक्षों पर घूमते हैं।
१२. राजा का दूत मंत्री के साथ समुद्र पार करता है।
१३. मनुष्य संसार में जीते हैं, देवता स्वर्ग में रहते हैं।
१४. मृग पर्वतों पर दौड़ते हैं, पंछी आकाश में उड़ते हैं।
१५. मंत्री राजा के हाथ से तलवार लेता है।
१६. आचार्य मामा के घर में चारपाई पर पुत्र के साथ बैठता है।

१७. तपस्वी पर्वत पर विहार करते हैं।
१८. उपासक श्रमणों के साथ विहार में एकत्रित होते हैं।
१९. कौए वृक्षों से उड़ते हैं।
२०. बुद्ध धर्म कहते हैं (धर्म का उपदेश करते हैं) सत्पुरुष बुद्ध में प्रसन्न/श्रद्धावान होते हैं।
२१. असत्पुरुष तलवार से नाविक के दूत को मारता है।
२२. मनुष्य बाण से पंछी को बींधता है, पंछी वृक्ष से गड्ढे में गिरता है।
२३. मनुष्य सूरज के प्रकाश में दुनिया देखते हैं।
२४. किसान के बैल मार्ग में सोते हैं।
२५. बैल के शरीर पर कौआ खड़ा है।
२६. मृग द्वीप में चट्टानों पर बैठे हैं।
२७. पंछी नाविक के हाथ से गड्ढे में गिरता है।
२८. सत्पुरुष नाविक के साथ समुद्र से पार उतरता है।
२९. कुदाली शिकारी के हाथ से गड्ढे में गिरती है।
३०. सूरज के प्रकाश से चन्द्र चमकता है।

पालि में अनुवाद

१. सीहो पब्बतस्मिं पासाणे तिट्ठति।
२. चोरा आचरियस्स निवासं पविसन्ति।
३. दारका मित्तेहि सद्धिं मग्गम्हा समुद्दं धावन्ति।
४. मातुलस्स गोणा मग्गे आहिण्डन्ति।
५. सकुणा रुक्खे निसीदन्ति।
६. गोणो पादेन अजं पहरति।
७. सिगाला पब्बते वसन्ति।
८. भूपालो अमच्चेहि सद्धिं बुद्धस्स पादे वन्दति।
९. मातुलो पुत्तेन सह मञ्चे सयति।
१०. धीवरो कस्सकस्स गेहे भत्तं भुञ्जति।
११. भूपालस्स अस्सा दीपस्मिं वसन्ति।
१२. सप्पुरिसो तापसाय/तापसस्स दीपं आहरति।
१३. वेज्जो आचरियस्स गेहं साटकं आहरति।
१४. वानरो/मक्कटो सोणेन सह पासाणस्मिं कीळति।

१५. साटको कस्सकस्स कायस्मिं पतति।
१६. लुद्दको पिटकस्मिं सरे हरति।
१७. बुद्धस्स सावका विहारे सन्निपतन्ति।
१८. रजको अमच्चानं साटके धोवति।
१९. सकुणा आकासे उप्पतन्ति।
२०. सप्पुरिसो नाविकेन सद्धिं समुद्दम्हा उत्तरति।
२१. देवा बुद्धस्स सावकेसु पसीदन्ति।
२२. वाणिजा नाविकेहि सह समुद्दं तरन्ति।
२३. सप्पुरिसो सप्पम्हा कुक्कुरं रक्खति।
२४. काका पब्बतम्हि रुक्खेहि उप्पतन्ति।
२५. वराहो धीवरस्स पिटकस्मा मच्छं आकड्ढति।
२६. सुरियस्स आलोको लोके मनुस्सेसु पतति।
२७. सुरा/देवा आकासेन गच्छन्ति।
२८. दारका कुक्कुरेन सद्धिं मग्गे कीळन्ति।
२९. असप्पुरिसो रुक्खम्हा वानरं आकड्ढति।
३०. भूपालस्स दूतो अस्सम्हा ओरुहति।

अभ्यास - ८

हिन्दी में अनुवाद

१. उपासक फूल लाता है।
२. जंगल में मृग रहते हैं, वृक्षों पर बन्दर विचरण करते हैं।
३. बैल घास खाते हैं।
४. मनुष्य आँखों से देखते हैं।
५. श्रमण विहार में आसन पर बैठते हैं।
६. वृक्ष से पत्तियाँ गिरती हैं।
७. व्यापारी गाँव से दूध शहर ले जाते हैं।
८. राजा कुमार के साथ बगीचे में घूमता है।
९. किसान खेत में कुदाली से गड्ढे खोदता है।
१०. चाचा पुत्र का सामान देता है।

११. उपासक श्रमणों को भिक्षा देते हैं, शील की रक्षा करते हैं/शील का पालन करते हैं।
१२. लड़के मित्रों के साथ पानी में खेलते हैं।
१३. किसान व्यापारियों से वस्त्र प्राप्त करते हैं।
१४. लड़का बगीचे से मामा/चाचा के लिए फूल लाता है।
१५. ब्राह्मण की बकरियाँ बैलों के साथ वन में घूमती हैं, घास खाती हैं।
१६. शेर जंगल में वृक्ष के नीचे बैठता है।
१७. धोबी पानी से आसनों को धोते हैं।
१८. मंत्री दूत के साथ यान से जंगल (में) प्रवेश करते हैं।
१९. भिखारी का पुत्र पानी से पत्ते धोता है।
२०. व्यापारी सामान शहर से गाँव लाते हैं।
२१. तथागत के श्रावक असत्पुरुषों के पुत्रों को अनुशासित करते हैं।
२२. उपासक पानी से फूलों को सींचते हैं।
२३. लड़का पात्र तोड़ता है, मामा/चाचा डांटता है।
२४. शिकारी का पुत्र मृग के शरीर को हाथ से छूता है।
२५. बैल खेत में चट्टान से उठता है।
२६. धोबी का लड़का वस्त्रों को चारपाई पर रखता है।
२७. सुगत का श्रावक विहार का दरवाजा खोलता है।
२८. वैद्य के लड़के घर में नाचते हैं।
२९. पण्डित असत्पुरुष को उपदेश देते हैं।
३०. चोर आचार्य की गाड़ी को पर्वत पर छोड़ देता है।

पालि में अनुवाद

१. दारका कुक्कुरेन सह उदके कीळन्ति।
२. असप्पुरिसो रुक्खस्मा पण्णानि छिन्दति।
३. भूपाला अमच्चेहि सद्धिं रथेहि उय्यानं गच्छन्ति।
४. वाणिजा भण्डानि आदाय नगरम्हा निक्खमन्ति।
५. सप्पुरिसा भिक्खूनं समणानं दानं ददन्ति।
६. बुद्धस्स सावका उपासकेहि सद्धिं/सह उय्याने सन्निपतन्ति।
७. चोरो वनस्मिं रुक्खम्हा ओरूहति।
८. असप्पुरिसा रुक्खेसु मक्कटे पासाणेहि पहरन्ति।

९. वेज्जस्स अस्सो गोणेन सह मग्गे तिणं खादति।
१०. सिगाला अरञ्ञेसु वसन्ति, सुनखा गामेसु वसन्ति।
११. ब्राह्मणा पण्डितस्स गेहे आसनेसु निसीदन्ति।
१२. नाविको गेहस्स द्वारानि विवरति।
१३. धीवरानं पुत्ता मित्तेहि सद्धिं उय्याने नच्चन्ति।
१४. वाणिजो पिटकेसु मच्छे पक्खिपति।
१५. लोको सुरियम्हा आलोकं लभति।
१६. नाविका आसनेहि उट्ठहन्ति।
१७. वेज्जस्स मित्तो कुक्कुरस्स कायं पादेन फुसति।
१८. बुद्धो विहारस्मिं सावके अनुसासति।
१९. कुमारा उय्याना पुप्फानि संहरन्ति/समन्नाहरन्ति उपासका उदकेन आसिञ्चन्ति।
२०. सुको नाविकस्स गेहस्मा/गेहम्हा आकासं उप्पतति।
२१. चोरो ककचेन रुक्खं छिन्दति, कस्सको अक्कोसति।
२२. पण्डितो वाणिजं ओवदति/अनुसासति, वाणिजो पण्डितम्हि पसीदति।
२३. भूपालस्स दूतो नाविकेन सद्धिं समुद्दम्हा उत्तरति।
२४. वाणिजा नगरम्हा कस्सकानं वत्थानि आहरन्ति।
२५. देवा/सुरा सप्पुरिसे रक्खन्ति, सप्पुरिसा सीलानि रक्खन्ति।
२६. सुरियस्स आलोकेन मनुस्सा नयनेहि रूपानि पस्सन्ति।
२७. रुक्खेहि पण्णानि मग्गे पतन्ति।
२८. उपासका पुप्फासनेसु पुप्फानि पक्खिपन्ति।
२९. अजा खेत्ते आवाटेहि उदकं पिवन्ति।
३०. सीहा रुक्खमूले पासाणम्हा उट्ठहन्ति।

अभ्यास - ९

हिन्दी में अनुवाद

१. उपासक विहार जाकर भिक्षुओं को दान देता है।
२. श्रावक आसन पर बैठकर पैर धोता है।
३. लड़के फूल एकत्रित कर मामा/चाचा को देकर हंसते हैं।
४. भिखारी बगीचे से आकर किसान से भात माँगते हैं।
५. शिकारी हाथ से बाणों को लेकर जंगल में प्रवेश करता है।
६. लड़के कुत्ते के साथ खेलकर समुद्र जाकर नहाते हैं।
७. व्यापारी चट्टान पर खड़ा होकर कुदाली से साँप को मारता है।
८. सत्पुरुष भिखारी के पुत्रों को बुलाकर वस्त्र देते हैं।
९. बच्चा गड्ढे में गिरकर रोता है।
१०. राजा महल से निकलकर मंत्री के साथ बात-चीत करता है।
११. कुत्ता पानी पीकर घर से निकलकर सड़क पर सोता है।
१२. श्रमण राजा के बगीचे में एकत्र होकर धर्म कहते हैं।
१३. पुत्र नहाकर भात खाकर चारपाई पर चढ़कर सोता है।
१४. व्यापारी द्वीप से शहर आकर आचार्य के घर में रहते हैं।
१५. धोबी वस्त्रों को धोकर पुत्र को बुलाता है।
१६. बन्दर वृक्षों से उतरकर बगीचे में घूमते हैं।
१७. मृग जंगल में घूमकर पत्तियां खाते हैं।
१८. लड़का आँख धोकर सूरज को देखता है।
१९. नाविक के मित्र नगर से सामान लेकर गाँव आते हैं।
२०. बच्चा दूध पीकर घर से निकलकर हँसता है।
२१. सत्पुरुष दान देकर शीलों की रक्षा कर स्वर्ग जाते हैं।
२२. सूअर पानी से बाहर आकर गड्ढे में उतरकर सोता है।
२३. तपस्वी तथागत के श्रावक को देख वन्दना करके प्रश्न पूछते हैं।
२४. असत्पुरुष भिखारी का पात्र तोड़कर उसको डांट करके घर जाता है।
२५. पक्षी गाँव में वृक्षों से उड़कर जंगल में उतरते हैं।
२६. पण्डित आसन से उठकर तपस्वी के साथ बात-चीत करता है।

२७. बच्चा घर से निकल मामा को बुलाता है और घर में प्रवेश करता है।
२८. देवता सत्पुरुषों पर प्रसन्न होकर उनकी रक्षा करते हैं।
२९. लड़के के मित्र महल पर चढ़कर आसन पर बैठते हैं।
३०. बैल खेत में घूमकर तथा घास खाकर सोते हैं।

पालि में अनुवाद

१. कस्सको गेहा/गेहम्हा/गेहस्मा निक्खम्म/निक्खमित्वा खेत्तं पविसति।
२. बुद्धो धम्मं देसेत्वा विहारं पविसति।
३. भूपालो बुद्धे/बुद्धम्हि/बुद्धस्मिं पसीदित्वा पासादं पजहित्वा विहारं गच्छति।
४. दारको सोपानम्हा ओरुय्ह हसति।
५. कुमारो पासाणेन सप्पं पहरित्वा गेहं धावति।
६. पुरिसो/मनुस्सो/नरो अरञ्ञं गन्त्वा रुक्खं आरुय्ह फलानि भुञ्जति/खादति।
७. उदकेन वत्थानि धोवित्वा रजको (तानि) गेहं आहरति।
८. सीहो अजं हन्त्वा पासाणस्मिं निसीदित्वा खादति।
९. वेज्जो वाणिजानं भण्डानि पस्सित्वा नगरम्हा निक्खमति।
१०. गेहं भिन्दित्वा चोरा अरञ्ञं धावन्ति।
११. सूकरो खेत्ते आहिण्डित्वा आवाटस्मिं पतति।
१२. धीवरो कस्सकानं समुद्दम्हा मच्छे आहरति।
१३. नगरम्हा भण्डानि आदाय आचरियो गेहं आगच्छति।
१४. पब्बतस्मिं ठत्वा लुद्दको सरेहि सकुणे विज्झति।
१५. उय्याने तिणं खादित्वा गोणा मग्गे सयन्ति।
१६. भूपालो रथम्हा ओरुय्ह कस्सकेहि सद्धिं भासति।
१७. पुरिसो गेहं पहाय विहारं पविसति।
१८. धीवरा वाणिजानं मच्छे दत्वा लाभं लभन्ति।
१९. उपासको समणस्मा पञ्हं पुच्छित्वा आसने निसीदति।
२०. बुद्धस्स सिस्सा/सावका असप्पुरिसे दिस्वा अनुसासन्ति ओवदन्ति,।
२१. ब्राह्मणो दारकं अक्कोसित्वा पहरति।
२२. देवा बुद्धम्हा पञ्हे पुच्छित्वा पसीदन्ति।
२३. कुक्कुरो आचरियस्स पादं डसित्वा गेहं धावति।

२४. मक्कटो/वानरो अजेन सद्धिं/सह मग्गे कीळित्वा रुक्खं आरुहति।
२५. तापसो अरञ्ञम्हा आगम्म सप्पुरिसम्हा वत्थं लभति।
२६. दारको उदकं पिवित्वा पत्तं भिन्दति।
२७. समणा कस्सकानं पुत्ते ओवदित्वा आसनेहि उट्ठहित्वा विहारं गच्छन्ति।
२८. नाविको समुद्दं तरित्वा द्वीपं गच्छति।
२९. दारको मातुले पक्कोसित्वा गेहे नच्चति।
३०. वत्थानि धोवित्वा च नहायित्वा च कस्सको उदकम्हा उत्तरति।

अभ्यास - १०

हिन्दी में अनुवाद

१. लड़के जंगल मे मित्रों के साथ खेलकर भात खाने के लिए घर दौड़ते हैं।
२. मृग घास खाकर पानी पीने के लिए पर्वत से बगीचे (को) आते हैं।
३. व्यापारी का पुत्र सामानों को लाने के लिए यान से नगर जाता है।
४. भिखारी मामा की कुदाली से गड्ढा खोदने की इच्छा करता है।
५. मंत्रीगण राजा को देखने के लिए महल में एकत्र होते हैं।
६. बैल बगीचे में घूमकर किसान के खेत में आते हैं।
७. उपासक श्रमणों को दान देने के लिए विहार में प्रवेश करते हैं।
८. यान से नगर (को) जाने के लिए पुरुष घर से निकलता है।
९. ब्राह्मण वैद्य के साथ नहाने के लिए पानी में उतरते हैं।
१०. चोर मंत्री के घर में प्रवेश करने के लिए बगीचे में घूमता है।
११. शेर पर्वत पर सोकर उठकर मृग को मारने के लिए उतरता है।
१२. धोबी पुत्र को पानी में उतरकर वस्त्रों को धोने के लिए बुलाता है।
१३. तथागत को देखने तथा वंदना करने के लिए उपासक विहार में प्रवेश करता है।
१४. खेत जोतने के लिए किसान कुदाली लेकर घर से निकलता है।
१५. बाणों से मृगों को मारने के लिए शिकारी कुत्तों के साथ जंगल में प्रवेश करते हैं।
१६. मनुष्य गाँव छोड़कर नगर में रहने की इच्छा करते हैं।

१७. पंछियों को देखने के लिए मंत्री लड़कों के साथ पर्वत पर चढ़ते हैं।
१८. पर्वत से एक वृक्ष को नीचे खींचने के लिए व्यापारी के साथ किसान जाता है।
१९. फल खाने के लिए बन्दर वृक्षों पर घूमते हैं।
२०. पंडित सुगत के श्रावकों के साथ बात करने की इच्छा करता है।
२१. व्यापारी समुद्र को पार करके द्वीप पर जाकर वस्त्रों को लाने की इच्छा करते हैं।
२२. फूलों को एकत्र कर पानी से सींचने के लिए उपासक लड़कों को सलाह देता है।
२३. बच्चा बकरी के शरीर को हाथों से स्पर्श करने की इच्छा करता है।
२४. ब्राह्मण के घर में आसन पर बैठने के लिए धोबी के पुत्र इच्छा करते हैं।
२५. पीने के लिए पानी मांगते हुए बच्चा रोता है।

पालि में अनुवाद

१. अजा पण्णानि खादित्वा उदकं पिवितुं उय्याने आहिण्डन्ति।
२. असप्पुरिसो पादेन कुक्कुरं पहरितुं इच्छति।
३. मित्ता कुक्कुरेहि सद्धिं कीळितुं उय्यानं गच्छन्ति।
४. उपासको गेहं आगन्त्वा पुत्ते ओवदितुं इच्छति।
५. सुरो/देवो विहारं गन्त्वा बुद्धेन सद्धिं भासितुं इच्छति।
६. सप्पुरिसो सीलानि रक्खित्वा दानानि दातुं इच्छति।
७. सूकरा अरञ्ञं पविसितुं गामम्हा धावन्ति।
८. कस्सको खेत्ते आवाटे खणितुं वाणिजम्हा कुद्दालं याचति।
९. बुद्धं वन्दितुं उपासका विहारे सन्निपतन्ति।
१०. मातुलो धीवरं पक्कोसितुं गेहम्हा निक्खमति।
११. कस्सका गोणे लभितुं इच्छन्ति, वाणिजा अस्से लभितुं इच्छन्ति।
१२. भूपालो पासादं पजहितुं इच्छति।
१३. मनुस्सा पिटके आदाय दारकानं फलानि समाहरितुं अरञ्ञं गच्छन्ति।
१४. कस्सको गोणानं तिणानि छिन्दितुं अरञ्ञे आहिण्डति।
१५. मनुस्सा पुत्तेहि सद्धिं नगरे गेहेसु वसितुं इच्छन्ति।
१६. पासाणस्मिं ठत्वा दारको रुक्खेसु पुप्फानि पस्सति।

१७. आचरिया/आचरियम्हा साटकं लभित्वा वेज्जो पसीदति।
१८. लुद्दको अरञ्ञम्हा अजं आकड्ढितुं सहायं पक्कोसति।
१९. समुद्दं तरितुं नाविको वाणिजे पक्कोसति।
२०. सप्पुरिसो आसनम्हा उट्ठाय भिक्खुना सद्धिं भासितुं इच्छति।
२१. दारका उदकं ओतरित्वा नहायितुं इच्छन्ति।
२२. अरञ्ञं गन्त्वा मिगे विज्झितुं अमच्चो अस्सं आरुहति।
२३. कुमारो मातुलस्स मित्तानं भत्तं पचितुं इच्छति।
२४. कस्सकानं खेत्ते पविसितुं सिगाला अरञ्ञम्हा निक्खमन्ति।
२५. मनुस्सा सुरियस्स आलोकेन नयनेहि रूपानि पस्सितुं इच्छन्ति।

अभ्यास - ११

हिन्दी में अनुवाद

१. पानी माँगकर रोता हुआ लड़का चारपाई से गिरता है।
२. वस्त्रों को प्राप्त करने की इच्छा करता हुआ व्यापारी बाजार जाता है।
३. उपासक कमलों को (कमल) लेकर विहार जाकर बुद्ध को देखकर प्रसन्न होता है।
४. पंछी चोंच में फल लेकर वृक्ष से उड़ता है।
५. चीवर खोजने वाले श्रमण को आचार्य चीवर देते हैं।
६. जंगल में घूमता हुआ शिकारी दौड़ते हुए मृग को देखकर बाण से मारता है।
७. उद्यान में घूमते हुए लड़के से ब्राह्मण कमल के फूल मांगते हैं।
८. रथ से जाते हुए मंत्रियों के साथ आचार्य हँसते हैं।
९. दान देते हुए, शीलों को पालन करते हुए मनुष्य स्वर्ग में पैदा होते हैं।
१०. धान की इच्छा करने वाले मनुष्य को धन देने के लिए व्यापारी इच्छा करता है।
११. बैलों को मारते हुए, वृक्षों को काटते हुए असत्पुरुष धन एकत्र करने के लिए प्रयत्न करते हैं।
१२. विहार पहुँचते हुए बुद्ध, धर्म कहते हुए शिष्यों को देखते हैं।
१३. वृक्ष के नीचे बैठकर गीत (को) गाते हुए लड़के नाचना शुरू करते हैं।

१४. सोना प्राप्त करने के लिए प्रयत्न करते हुए मनुष्य पर्वत पर गड्ढे खोदते हैं।

१५. पानी पीने की इच्छा करता हुआ शेर पानी ढूँढता हुआ जंगल में घूमता है।

१६. वेतन प्राप्त करने की आशा में मनुष्य धोबी के लिए वस्त्रों को धोता है।

१७. भिक्षुओं से बोलते हुए उपासक सत्य प्राप्त करने के लिए प्रयत्न करते हैं।

१८. मार्ग में सोये कुत्ते पर पानी छींटकर बच्चा हँसता है।

१९. शील पालन करने वाले सत्पुरुष मनुष्य लोक से मरकर देवलोक में पैदा होते हैं।

२०. धन को एकत्र करने के लिए प्रयत्न करता हुआ व्यापारी समुद्र पार करके द्वीप जाना आरंभ करता है।

२१. बैलों को खोजता, जंगल में घूमता किसान शेर को देखकर डरता है।

२२. वृक्षों पर बैठकर, फल खाते हुए लड़के गाना गाते हैं।

२३. मन प्रसन्न करके, धर्म प्राप्त करने के लिए प्रयत्न करते लोग स्वर्ग में उत्पन्न होते हैं।

२४. कौआ चोंच से पिटारी से मछली खींचने की इच्छा करता हुआ कुत्ते से डरता है।

२५. खेत जोतकर बीज बोता हुआ किसान धान प्राप्त करने की आशा करता है।

२६. सूरज के प्रकाश में आँखों से रूप देखते हुए मनुष्य संसार में जीते हैं।

२७. वृक्ष के नीचे बैठकर चीवर सीते हुए भिक्षु के साथ उपासक बात करता है।

२८. वृक्ष के नीचे सोते हुए भिखारी के शरीर पर पत्तियाँ गिरती हैं।

२९. व्यापारी को पैसा देकर घोड़ों को प्राप्त करने के लिए मंत्री प्रयत्न करता है।

३०. दूध पीकर हँसता हुआ बच्चा पात्र चारपाई पर फेंकता है।

पालि में अनुवाद

१. वत्थानि धोवन्तो पुरिसो मग्गे गच्छन्तेन कुमारेन सद्धिं भासति।
२. ब्राह्मणो उदकं पिवितुं अरञ्ञम्हा निक्खमन्तं/आगच्छन्तं मिगं पस्सति।
३. उय्याने अजा रुक्खेहि पतन्तानि पण्णानि खादन्ति।
४. असप्पुरिसा मिगे हनन्ते लुद्दके पस्सितुं इच्छन्ति।
५. कस्सको खेत्ते बीजानि खादन्ते सकुणे पस्सति।
६. नगरं पविसन्ता समणा विहारे वसन्तं बुद्धं वन्दितुं इच्छन्ति।
७. सोपाने तिट्ठन्तो दारको रुक्खे निसीदन्ते मक्कटे पस्सति।
८. कुमारा उदके चरन्तानं मच्छानं भत्तं ददन्ति।
९. समुद्दं तरितुं आकङ्खमानो नाविको भूपालम्हा मूलं याचति।
१०. समुद्दस्मिं पतन्तं चन्दस्स आलोकं मनुस्सा लोचनेहि पस्सन्ति।
११. उपासका विहारे वसन्तानं भिक्खूनं चीवरे दातुं उस्सहन्ति।
१२. पुञ्ञं आकङ्खमाना सप्पुरिसा भिक्खूनं दानानि ददन्ति, सीलानि रक्खन्ति।
१३. पुरिसो अरञ्ञे रुक्खेहि पतन्तेसु पण्णेसु आहिण्डति/चलति/चरति।
१४. मातुलो पुप्फानि परियेसन्तस्स दारकस्स पदुमं ददाति।
१५. धीवरो याचकस्स थोकं धञ्ञं दत्वा गेहं पविसति।
१६. अमच्चो खेत्ते कसन्तानं कस्सकानं बीजानि ददाति।
१७. सुनखो (तस्स) कायं फुसन्तस्स पुरिसस्स हत्थं डसितुं उस्सहति।
१८. बुद्धस्स सिस्सा/सावका मग्गे रोदन्तं दारकं पुच्छन्ति।
१९. मातुलस्स मित्तो रुक्खमूले निसीदित्वा गीतानि गायन्ते कुमारे पक्कोसति।
२०. सप्पुरिसा गेहे उपसङ्कमन्तानं भिक्खूनं ओदनं ददन्ति।
२१. सग्गे उपपज्जितुं आकङ्खमाना सप्पुरिसा सीलं रक्खन्ति।
२२. गामं आगच्छन्तं/उपसङ्कमन्तं सिगालं दिस्वा कस्सको पासाणेन तं पहरितुं उस्सहति/वायमति।
२३. सच्चं भासमाना उपासका धम्मं उग्गण्हितुं/अधिगन्तुं उस्सहन्ति।
२४. उदकेन पत्तं धोवित्वा तापसो पानीयं परियेसति।
२५. सीलानि रक्खन्ता पण्डिता सच्चं अधिगन्तुं आरभन्ति।

अभ्यास - १२

हिन्दी में अनुवाद

१. तुम मित्रों के साथ यान द्वारा बाजार से सामान लाते हो।
२. मैं पानी से (अनेक) कमल लाकर व्यापारी को देता हूँ।
३. तुम लोग भिक्षुओं को देने के लिए चीवर ढूंढते हो।
४. हम लोग स्वर्ग में जन्म की इच्छा करते हुए शीलों की रक्षा करते हैं।
५. वे लोग धर्म समझने के लिए प्रयत्न करते हुए श्रमणों को दान देते हैं।
६. वह जंगल में उड़ते हुए पंछियों को देखने के लिए पर्वत पर चढ़ता है।
७. हम लोग सुगत के श्रावकों की वंदना करने के लिए विहार में एकत्र होते हैं।
८. तपस्वी को आते हुए देखकर वह भात लाने के लिए धर में प्रवेश करता है।
९. मैं पानी में उतरकर ब्राह्मण के वस्त्रों को धोता हूँ।
१०. तुम धर का द्वार खोलकर पात्र से पानी लेकर पीते हो।
११. स्वर्ण/सोना खोजते हुए मैं द्वीप पर गड्ढा खोदता हूँ।
१२. फल खाते हुए तुम लोग वृक्षों से उतरते हो।
१३. चट्टान पर खड़े होकर तुम चाँद देखने का प्रयत्न करते हो।
१४. हम लोग मनुष्य लोक से च्युत होकर स्वर्ग में उत्पन्न होने की कामना करते हैं।
१५. तुम लोग जंगल में रहने वाले मृगों को बाणों (बाण) से मारने की इच्छा करते हो।
१६. उद्यान में टहलते हुए हम कुत्तों के साथ खेलते हुए बच्चों को देखते हैं।
१७. तुम वृक्षमूल में बैठकर आचार्य को देने के लिए कपड़ा सीते हो।
१८. हम लोग पुण्य चाहते हुए भिक्षुओं को दान देते हैं।
१९. तुम लोग सत्य को समझना आरंभ करो।
२०. गीत गाते हुए तुम रोते हुए बच्चे की रक्षा करते हो।

२१. हम लोग हँसते हुए लड़कों के साथ बगीचे में नाचते हैं।
२२. पानी पीकर पात्र तोड़कर वह मामा/चाचा से डरता है।
२३. महल पहुँचते हुए श्रमण को देखकर राजा का मन प्रसन्न होता है।
२४. हम लोग जंगल में प्रवेश करके बकरियों के लिए पत्तियों को एकत्र करते हैं।
२५. खेत की रक्षा करता हुआ वह सूअरों को गड्ढा खोदते देखकर (उन्हें) पत्थरों से मारता है।

पालि में अनुवाद

१. अहं कुक्कुरस्स कायं फुसन्तं दारकं पक्कोसामि।
२. मयं विहारस्मिं सन्निपतन्तेहि समणेहि सह भासमाना सच्चं अधिगन्तुं उस्सहाम।
३. उय्याने निसीदन्ता तुम्हे मित्तेहि सह फलानि भुञ्जथ।
४. त्वं आसने निसीदित्वा खीरं पिवसि।
५. अरञ्ञं गन्त्वा चरन्ते मिगे पस्सितुं मयं गेहम्हा निक्खमाम।
६. अहं धम्मं अधिगन्तुं इच्छामि।
७. पब्बतम्हि ठत्वा मयं समुद्दस्मिं पतन्तं चन्दस्स आलोकं पस्साम।
८. अहं कस्सकस्स सकटं मग्गम्हा आकड्ढामि।
९. तुम्हें आसनेसु निसीदथ, अहं गेहम्हा पानीयं आहरामि।
१०. बीजानि खादन्ते सकुणे पस्सन्ता मयं खेत्तेसु आहिण्डाम।
११. अहं वराहे हनन्तं असप्पुरिसं ओवदामि।
१२. गेहं उपसङ्कमन्तं सप्पं दिस्वा/पस्सित्वा त्वं भायसि।
१३. अहं अरञ्ञम्हा निक्खमन्तेहि मनुस्सेहि/निक्खमन्ते मनुस्से पञ्हे पुच्छामि।
१४. रोदन्तं दारकं दिस्वा मयं मग्गे गच्छन्तं वेज्जं पक्कोसाम।
१५. सीलानि रक्खन्तो भिक्खूनं दानं ददन्तो अहं दारकेहि सद्धिं गेहे जीवामि।
१६. पापकम्मेहि भायन्ता सप्पुरिसा सग्गे उप्पज्जन्ति।
१७. लाभं लभितुं आकङ्खमाना मयं नगरम्हा भण्डानि आहराम।
१८. रुक्खमूले ठत्वा मयं उदकेन पुप्फानि आसिञ्चाम।
१९. अहं उदकेन पत्ते धोवित्वा वेज्जस्स ददामि।

२०. सच्चं परियेसमानो अहं गेहं पहाय विहारं पविसामि।
२१. तुम्हे समणे पस्सितुं इच्छन्ता उय्याने सन्निपतथ।
२२. अहं काकस्स तुण्डम्हा पतन्तं फलं पस्सामि।
२३. त्वं समुद्दं तरित्वा दीपम्हा अस्सं आहरसि।
२४. अहं आपणम्हा दीपं आहरितुं गेहम्हा निक्खमामि।
२५. अहं पिटकं आदाय धञ्ञं संहरितुं खेत्तं गच्छामि।

अभ्यास - १३

हिन्दी में अनुवाद

१. बुद्ध विहार में एकत्र होने वाले मनुष्यों को धर्मोपदेश करते हैं।
२. बुद्ध को अर्पित करने के लिए उपासक फूलों को चुनता है।
३. पात्रों को पानी से भरते हुए वे गीत गाते हैं।
४. जंगल में रहने वाले मृगों को कष्ट देकर तुम लोग असत्पुरुष होते हो।
५. हम लोग बाजार जाकर व्यापारियों के साथ बातचीत करके धान बेचते हैं।
६. उड़ते हुए तोते को देखकर तू उसे पकड़ने की इच्छा करता है।
७. पर्वत से उदय होते हुए चाँद को देखने के लिए लड़का घर से दौड़कर बाहर निकलता है।
८. मैं किसानों के साथ खेत में पौधे रोपता हूँ।
९. हम लोग मंत्रियों के साथ विचार-विमर्श करते हुए महल में आसन पर बैठते हैं।
१०. तथागत के श्रावकों को निमंत्रित कर तुम लोग दान देते हो/या दान दो। (अनुज्ञा या पंचमी में)
११. उपासक विहार जाकर दीपक जलाकर धर्म सुनने के लिए बैठते हैं।
१२. शिकारी, सिर को वस्त्र से ढककर बैठता है और पक्षियों को मारने का प्रयत्न करता है।
१३. वन में घूमते हुए मवेशियों को गाँव लाकर वह व्यापारियों के पास बेचता है।

१४. बाजार से सामान खरीदकर तथा गाड़ी से लाकर तू घर में रखता है।
१५. तुम लोग आरे से वृक्षों को काटकर पर्वत से गिराते हो।
१६. धर्म से मनुष्यों को पालते हुए राजा अकुशल कर्म को टालते हैं/अकुशल कर्म से दूर रहते हैं।
१७. सत्य जानने की इच्छा से मैं श्रमणों से (अनेक) प्रश्न पूछता हूँ।
१८. दान देने वाले तथा शील पालन करने वाले सत्पुरुष स्वर्ग लोक जाते हैं।
१९. धान तौलता हुआ किसान बाजार ले जाकर धान बेचने का विचार करता है।
२०. पात्र से पानी पीते हुए दरवाजे पर खड़ा होकर मैं मार्ग देखता हूँ।
२१. बाजार से दूध खरीदने के लिए वह पुत्र को भेजता है।
२२. धर्म सीखने का प्रयत्न करते हुए हम लोग पण्डित के साथ विचार-विमर्श करते हैं।
२३. तुम लोग जो चोरों के साथ घरों को तोड़कर मनुष्यों को पीड़ित करते हो, असत्पुरुष हो।
२४. सोना खोजते हुए, द्वीप से आते हुए मैं व्यापारियों को जानता हूँ।
२५. मैं आचार्य हूँ, तू वैद्य है।
२६. बुद्ध द्वारा उपदिष्ट धर्म को सुनकर तू असत्पुरुष, सत्पुरुष होने की कोशिश करता है।
२७. मैं पंडितों के साथ मन्त्रणा करता हुआ, (धर्म से) द्वीप पर शासन करता हुआ राजा हूँ।
२८. सूअरों को मारते हुए तथा किसानों को पीड़ित करते हुए चोर पापकर्म करते हैं।
२९. शील का पालन करते हुए तथा पुण्य कर्म करते हुए मनुष्य स्वर्ग प्राप्त करने की आशा करते हैं।
३०. अकुशल छोड़कर तथा पाप से दूर रह मनुष्य सत्पुरुष होते हैं।

पालि में अनुवाद

१. त्वं रुक्खेहि फलानि ओचिनित्वा आपणं पेसेसि।
२. धम्मं देसेन्तं बुद्धं सुत्वा अहं पसीदामि।
३. धञ्ञं संहरितुं चिन्तेन्तो अहं कस्सकेन सद्धिं खेत्तं गच्छामि।

४. गीतानि गायन्ता तुम्हे आकासे उड्डेन्ते सकुणे ओलोकेथ।
५. गामस्मिं कस्सके पीळेन्तं असप्पुरिसं अहं ओवदामि।
६. मयं उय्याने रुक्खे रोपेतुं आवाटे खणाम।
७. मयं विहारस्मिं दीपे जालेन्तं मनुस्सं जानाम।
८. नाविकेहि सद्धिं दीपं पापुणितुं तुम्हे समुद्दं तरथ।
९. दीपं पालेन्तो भूपालो जिनाति।
१०. मयं गामे वसन्तेहि भिक्खूहि समणेहि धम्मं उग्गण्हितुं आरभाम।
११. सच्चं परियेसन्तो पण्डितो नगरम्हा नगरं गच्छति।
१२. सयन्तं सोणं पादेन परिवज्जेत्वा कुमारो गेहं धावति।
१३. सग्गे उप्पज्जितुं आकङ्खमाना पण्डिता पापं कातुं भायन्ति।
१४. मनुस्सलोकम्हा चवित्वा असप्पुरिसा नरके उप्पज्जन्ति।
१५. पब्बतम्हा तापसं निमन्तेत्वा भूपालो (तस्स) चीवरं ददाति।
१६. सच्चं उग्गण्हितुं उस्सहन्ता उपासका समणा भवन्ति।
१७. धम्मं देसेन्तं समणं सोतुं आकङ्खमाना उपासका विहारे सन्निपतन्ति।
१८. मयं नयनेहि पस्साम, सोतेहि सुणाम, कायेहि फुसाम।
१९. अहं दीपे पालेन्तो भूपालो होमि/भवामि।
२०. तुम्हे चोरेहि सद्धिं मन्तेन्ता असप्पुरिसा होथ/भवथ।
२१. सप्पुरिसा लोकं आरक्खितुं रुक्खे रोपेतुं आरभन्ति।
२२. धम्मं सुत्वा चोरो पापं परिवज्जेतुं इच्छति।
२३. गामेहि आगच्छन्तानं कस्सकानं विक्किणितुं वाणिजा आपणेसु वत्थानि ठपेन्ति।
२४. मनुस्सलोके गिलानो देवानं दूतो होति।
२५. असप्पुरिसे अनुसासेन्ता सप्पुरिसा लोके वसन्ति।
२६. वेज्जो उदकम्हा पदुमानि ओचिनित्वा धम्मं सोतुं विहारं गच्छति।
२७. चोरो बुद्धं पस्सित्वा पसीदित्वा सरे निक्खिपति।
२८. अकुसलं परिवज्जेतुं इच्छन्तो अहं सीलं रक्खामि।
२९. मयं विहारस्मा आगच्छन्तानं समणानं दानं दातुं ओदनं पचाम।
३०. तुम्हे वाणिजेहि सद्धिं सुवण्णं परियेसमाना दीपम्हा दीपं गच्छथ।

अभ्यास - १४

हिन्दी में अनुवाद

१. वह पर्वत से उदय होते चाँद को देखने के लिए महल पर चढ़ेगा।
२. चोरों से द्वीप की रक्षा करने के लिए राजा मंत्रियों के साथ विचार विमर्श करेगा।
३. मैं समुद्र पार करके द्वीप पहुँचकर सामान बेचूँगा।
४. तुम लोग विहार पहुँचते हुए मार्ग में फूल बेचते मनुष्यों को देखोगे।
५. जो किसान पानी में उतरकर वस्त्र धो रहा है, वह नहाकर घर आएगा।
६. गाँव में रहने वाले तुम नगर जाकर रथ लाओगे।
७. पुण्य करने की इच्छा करते हुए तुम सत्पुरुष लोग बुरे मित्रों को उपदेश दोगे।
८. धर्म सुनने के लिए उद्यान में बैठे उपासकों को मैं पानी दूँगा।
९. हम राजा धर्म से द्वीपों को पालेंगे।
१०. वृक्ष गिराकर फल खाने की इच्छा करने वाले असत्पुरुष को मैं डाँटता हूँ।
११. दान देते हुए, शील पालन करते हुए हम लोग श्रमणों से धर्म सीखेंगे।
१२. दौड़ती गाड़ी से गिरते लड़के को देखकर तू वैद्य को लाता है।
१३. सत्य प्राप्ति के लिए प्रयत्न करता हुआ तपस्वी तथागत को देखने की इच्छा करता है।
१४. बुद्ध पर श्रद्धावान होकर उपासक देवपुत्र होकर स्वर्गलोक में जन्म लेता है।
१५. उगते सूरज को देखकर ब्राह्मण घर से निकलकर वन्दना करता है।
१६. द्वीप पहुँचने की इच्छा करते हुए हम लोग समुद्र पार करने के लिए नाविक को खोजते हैं।
१७. मंत्री के पास दूत भेजने की इच्छा करने वाला राजा मैं हूँ।
१८. पुण्यकर्म करने वाले व्यापारियों के पास धन है।
१९. गीत गाते हुए तथा नाचते हुए लड़कों को हम लोग देखेंगे।
२०. पाप को दूर रख कुशल (कर्म) करते हुए सत्पुरुषों का (अनेक) देवता सम्मान करेंगे।

२१. सत्य बोलते हुए, असत्पुरुषों को उपदेश करते हुए पंडित लोग उपासक होंगे।
२२. तुम धान से पात्र भरकर आचार्य को दोगे।
२३. वृक्ष के नीचे बैठकर चीवर सीते हुए श्रमणों के पास मैं जाऊँगा।
२४. मैं सोते पुत्र के शरीर को थपथपाते हुए चारपाई पर बैठता हूँ।
२५. बगीचों में वृक्ष रोपने (लगाने) के लिए श्रमण मनुष्यों को उपदेश देते हैं।

पालि में अनुवाद

१. अहं बुद्धम्हा धम्मं उग्गण्हित्वा धम्मेन लोके जीविस्सामि।
२. अहं अमच्चेहि सद्धिं धम्मेन दीपं पालेतुं भूपालं ओवदिस्सामि।
३. आसनम्हि साटकं ठपेत्वा कुमारो नहायितुं उदकं ओतरिस्सति।
४. तुम्हे धम्मं सुत्वा तथागते पसीदिस्सथ।
५. फलानि संहरन्ता अरञ्ञे चरन्ता ते पानीयं पातुं इच्छिस्सन्ति।
६. नगरं उपसङ्कमन्ता कस्सका मग्गे धावन्ते रथे पस्सिस्सन्ति।
७. उदेन्तो सुरियो लोकं ओभासेस्सति।
८. उय्याने रुक्खा चन्दस्स आलोकेन नहायिस्सन्ति।
९. पण्डितम्हा पञ्हे पुच्छन्ते पुत्ते दिस्वा त्वं पसीदिस्ससि।
१०. दारका रुक्खेसु फलानि खादन्ते सुके पस्सितुं इच्छिस्सन्ति।
११. मयं दीपम्हा आगच्छन्ता वेज्जा होम/भवाम, तुम्हे दीपं गच्छन्ता आचरिया होथ/भवथ।
१२. सो मूलं आदाय/गहेत्वा भण्डानि किणितुं आपणं गमिस्सति।
१३. दारको पानीयेन पत्तं पूरेत्वा ओदनं भुञ्जन्तस्स याचकस्स दस्सति।
१४. पुञ्ञं लभितुं आकङ्खन्ता मनुस्सा लोके मनुस्सानं रुक्खे रोपेस्सन्ति।
१५. धनं परियेसन्ता असप्पुरिसा गामेसु धम्मेन जीवन्ते कस्सके पीळेस्सन्ति।
१६. पब्बतेसु रुक्खेसु फलानि होन्ति/भवन्ति।
१७. सप्पुरिसा कुसलकम्मानि करोन्ता समणेहि धम्मं उग्गण्हिस्सन्ति।
१८. पंडिता दीपे पालेन्ते भूपाले अनुसासन्ति।
१९. समुद्दम्हा आगच्छन्तेहि धीवरेहि तुम्हे मच्छे किणिस्सथ।
२०. मयं धम्मं उग्गण्हितुं आकङ्खमाना बुद्धं उपसङ्कमाम।

२१. उय्यानं आगच्छन्तं सिगालं दिस्वा दारका भायिस्सन्ति।
२२. अमच्चेहि सह गामं आगच्छन्तं भूपालं पस्सितुं ते गमिस्सन्ति।
२३. त्वं धम्मेन जीवन्तो सप्पुरिसो होसि।
२४. अहं तुण्डेन फलं ओचिनन्तं सुवं पस्सामि।
२५. मयं सीलं रक्खन्ता सप्पुरिसा भविस्साम।

अभ्यास - १५

हिन्दी में अनुवाद

१. अगर तुम धर्म सुनो, तो निश्चित तुम बुद्ध के शिष्य बनोगे।
२. अगर वे लोग गीत गाना सीखें तो मैं भी सीखूँ।
३. अगर तुम बीज भेजोगे, तो किसान उन्हें खेत में बोयेगा।
४. अगर तुम लोग कमल चुनोगे, तो लड़के उनको बुद्ध को अर्पित करेंगे।
५. अगर तुम दाम/पैसा लोगे तो मैं कपड़ा लूंगा।
६. अगर हम लोग राजा के साथ विचार विमर्श करें, तो मंत्री नहीं आयेंगे।
७. अगर तुम लोग वृक्ष लगाओ तो बच्चे फल खायेंगे।
८. अगर हम लोग सत्पुरुष बन जाएँ तो (हमारे) पुत्र भी सत्पुरुष बन जायेंगे ।
९. अगर राजा धर्म पूर्वक द्वीपों पर शासन करे तो हम लोग राजाओं पर प्रसन्न होंगे।
१०. अगर किसान बैल बेचेगा तो व्यापारी उसे खरीदगा।
११. अगर मनुष्यों को पीड़ा देने वाले असत्पुरुष गाँव आयं तो मैं उनको उपदेश दूंगा।
१२. अगर मंत्री पाप से दूर रहें तो लोग पाप न करें।
१३. अगर तुम लोग पर्वत पर चढ़ो तो घूमते हुए मृगों को, वृक्षों पर विचरते हुए बन्दरों को और उड़ते हुए पंछियों को देखोगे।
१४. अगर तुम पात्र में पानी लाओ तो वह प्यासा पानी पियेगा।
१५. कुशलकर्म करके तुमलोग मनुष्य लोक में जन्म लेने के लिए प्रयत्न करो।

१६. अगर वह वैद्य है तो मैं उसे रोते हुए बच्चे को देखने के लिए ले आऊंगा।

१७. अगर पुत्र पाप करे तो मैं उसे उपदेश दूँ।

१८. अगर मंत्री विद्वान आचार्य को लायं तो हम लोग धर्म सीखेंगे।

१९. अगर मैं हाथ से तोते को छूने का प्रयत्न करूं तो वह घर से उड़ सकता है।

२०. अगर वह वैद्य बुलाने की इच्छा करे तो मैं उसे ले आऊँगा।

२१. पालि में अनुवाद

१. सचे त्वं पुत्तानं करोन्ते पापकम्मानि छादेय्यासि ते चोरा भवेय्युं।

२. सचे तुम्हे सप्पुरिसा भवितुं इच्छेय्याथ पापं परिवज्जेय्याथ।

३. सचे मयं नयनेहि ओलोकेय्याम लोके रूपानि पस्सेय्याम,
सचे मयं चित्तेहि ओलोकेय्याम पुञ्ञं च पापं च पस्सेय्याम।

४. यदि त्वं गीतं गायितुं आरभेय्यासि, दारका नच्चितुं आरभेय्युं।

५. सचे मयं मनुस्सलोकम्हा चवेय्याम मनुस्सलोके उप्पज्जितुं न भायिस्साम।

६. सचे देवा मनुस्सलोके उप्पज्जेय्युं ते पुञ्ञकम्मानि करेय्युं।

७. सचे तुम्हे सच्चं परियेसेय्याथ, विहारे वसन्तं तथागतं उपसङ्कमेय्याथ।

८. सचे त्वं वाणिजं ओवदेय्यासि, सो सप्पुरिसो भविस्सति।

९. यदि अहं समणं पक्कोसेय्यामि, सो धम्मं देसेतुं/गेहं आगमिस्सति।

१०. सचे तुम्हे सप्पुरिसो भवसि, अरञ्ञे आहिण्डन्ते गोणे न मारेस्ससि।

११. यदि तुम्हे खेत्ते कम्मं करेय्याथ, तुम्हे धनं च धञ्ञं च लभेय्याथ।

१२. यदि भूपालो धम्मेन दीपं पालेतुं इच्छेय्य/आकङ्खेय्य सो पण्डितेहि च अमच्चेहि च सद्धिं मन्तेय्य।

१३. सचे त्वं खेत्ते कम्म करिस्ससि, कसन्ते कस्सके पस्सेय्यासि।

१४. अहं मक्कटेन सह उय्याने कीलन्ते कुमारे पस्सामि।

१५. यदि ते गायन्ते सकुणे पस्सितुं इच्छेय्युं ते उय्यानं गच्छेय्युं।

१६. सचे तुम्हे धम्मं सुणेय्याथ धम्मेन जीवितुं सक्किस्सथ।

१७. सचे त्वं पापमित्ते परिवज्जेय्यासि त्वं सप्पुरिसो भविस्ससि।

१८. सचे अमच्चो सप्पुरिसो न होति मयं (तं) न उपसङ्कमेय्याम/उपसङ्कमिस्साम।

१९. सचे रुक्खे फलानि होन्ति अहं तानि ओचिनितुं आरुहिस्सामि।
२०. सचे अहं फलानि ओचिनेय्यामि तुम्हे मित्तेहि सह भुञ्जिस्सथ।

अभ्यास - १६

हिन्दी में अनुवाद

१. राजा धर्म से द्वीप पर शासन करे।
२. मनुष्य डरे नहीं, अगर वह सच को जानता है तो बोले।
३. पाप करते हुए पुत्रों को तुम लोग उपदेश दो।
४. सुगत धर्म का उपदेश दें, श्रावक और उपासक विहार में बैठे हैं।
५. पापकर्म करके मनुष्यलोक से च्युत होकर वे नरक में न उत्पन्न हों।
६. चोर किसानों के बैलों को न मारे।
७. कुत्ते को स्पर्श मत करो, वह तुमको काट सकता है।
८. तुम लोग दीपों को जलाकर विहार में भित्ति-चित्रों को देखो।
९. असत्पुरुषों को संबोधित कर उन्हें धर्म से जीने के लिए तुम लोग उपदेश करो।
१०. पुत्र, तुम पापी मित्रों के पास मत जाओ।
११. अगर तुम लोग सत्य बोलने का प्रयत्न करो तो तुम लोग सत्पुरुष हो जाओगे।
१२. अगर तुम पत्थर फेंकोगे तो कौए और पंछी आकाश में उड़ जायेंगे।
१३. बच्चा, पानी पीकर पात्र मत तोड़ो।
१४. सोना चुराकर जाते हुए चोर समुद्र पार न करें।
१५. उपासक, पुत्रों को मत डांटो, श्रमणों के साथ विचार-विमर्श करके उन्हें (पुत्रों को) अनुशासित करो।

पालि में अनुवाद

१. दीपं पालेन्तो भूपालो धम्मेन मनुस्से रक्खतु।
२. उय्याने कीळन्ता दारका पतन्तानि पण्णानि संहरन्तु।
३. कस्सका च वाणिजा च भूपालस्स उय्याने सन्निपतन्तु।
४. सीहे च मिगे च सकुणे च पस्सितुं पुत्ता पब्बतं आरुहन्तु।
५. सचे तुम्हे मिगे आरक्खितुं इच्छथ मा अरञ्ञेसु रुक्खे छिन्दथ।

६. मा दारको सोपानम्हा ओरुहतु, सो पतिस्सति।
७. कस्सको खेत्ते कसित्वा बीजानि वपतु, मा सो अजे हनतु।
८. तुण्डेहि फलानि गहेत्वा सुवा उप्पतन्तु/उड्डेन्तु।
९. पुत्ता, पापानि मा करोथ, धम्मेन जीवथ ।
१०. सुगतस्स सावका दानानि च चीवरानि च लभन्तु।
११. दारका गेहम्हा निक्खमित्वा पब्बतस्मा उदेन्तं चन्दं पस्सन्तु।
१२. कुमारा, मा तुम्हे लुद्दकेन सद्धिं गन्त्वा अरञ्ञे मिगे हनथ/मारेथ।
१३. तुम्हे गेहं धावित्वा खेत्तं कसन्तानं कस्सकानं पानीयं आहरथ।
१४. मा भूपालस्स दूतम्हा पञ्हे पुच्छथ।
१५. तुम्हे, उपासका, अकुसलं परिवज्जेत्वा कुसलकम्मानि कातुं उस्सहथ।

अभ्यास - १७

हिन्दी में अनुवाद

१. किसान खेत जोतकर नहाने के लिए पानी में उतरा।
२. पढ़ने वाले बच्चों को देने के लिए आचार्यों ने फूल लाये।
३. आसनों से उठकर उपासकों ने धर्मोपदेश के लिए आने वाले श्रमण की वंदना की।
४. नगरों में काम करके वेतन प्राप्त करने की आशा करने वाले मनुष्य गाँवों से निकले।
५. आचार्य ने आसन को वस्त्र से ढककर श्रमण को बैठने के लिए निमंत्रित किया।
६. लड़का द्वार खोलकर वृक्ष से उतरते हुए बन्दरों को देखता हुआ खड़ा रहा।
७. पंडित ने बैल चुराकर अकुशल कर्म करने वाले मनुष्यों को बुलाकर उपदेश दिया।
८. भिखारी के पुत्रों ने वृक्षों से गिरते फलों को एकत्र करके बाजार में बेचा।
९. किसान ने धान मापकर व्यापारी के पास बेचने के लिए भेजा।

१०. धर्म सीखने तथा श्रमण बनने की इच्छा करने वाले मंत्री आचार्य को खोजते हुए बुद्ध के पास पहुँचे।
११. अगर तुम लोग गाँव पहुँचोगे तो मित्रों को देखोगे।
१२. पंडित से प्रश्न पूछकर सत्य जानने के लिए मामा ने प्रयत्न किया।
१३. चट्टान पर खड़ा होकर बकरी खाते हुए शेर को देखकर बन्दर डर गये।
१४. वृक्ष के नीचे बैठकर गीत गाते हुए लड़कों की देह पर पत्तियां और फूल गिरे।
१५. धन एकत्र करते हुए तुम लोग समुद्र पार कर द्वीप पर मत जाओ।
१६. दूकान में सामान बेचने वाले व्यापारी की सवारी है।
१७. पुत्र को देने के लिए वस्त्र सीते हुए मैंने गीत गाया।
१८. सूअर और कुत्तों ने खेत में गड्ढे खोदे।
१९. मनुष्यों ने वृक्ष के नीचे बैठकर तपस्वी का भाषण (उपदेश) सुना।
२०. शिकारी के साथ जंगल में घूमते हुए पुत्रों को बुलाकर किसानों ने डाँटा।
२१. तुम सुवर्णपात्र को बेचकर तलवार मत खरीदो।
२२. उसने घर का सामान खेत और मवेशी (अपने) पुत्रों को देकर घर छोड़कर श्रमण होने के लिए सोचा।
२३. धर्म से जीवन जीते हुए सत्पुरुषों ने मृगों को नहीं मारा।
२४. मैं सीढ़ी पर चढ़ा, वे लोग सीढ़ी से उतरे।
२५. मित्रों ने पानी में उतरकर नहाते हुए कमल तोड़े।

पालि में अनुवाद

१. दारको उदकेन पदुमानि आसिञ्चित्वा तेहि बुद्धं पूजेसि।
२. पुरिसा वेतनं लभित्वा आपणं गन्त्वा भण्डानि किणिंसु।
३. धीवरा समुद्दम्हा मच्छे आहरित्वा कस्सकानं विक्किणिंसु।
४. सचे त्वं नहायितुं गच्छसि दारकानं वत्थानि धोवाहि।
५. सुवा च काका च रुक्खेहि आकासं उड्डेसुं ।
६. रुक्खमूले कुक्कुरेन सह कीळन्ते दारके मा अक्कोसथ।
७. भूपालं पस्सितुं सन्निपतित्वा उय्याने निसीदन्तानं मनुस्सानं अहं कथेसिं।
८. गेहं पविसन्तं सप्पं दिस्वा मयं भायिम्ह।

९. मित्तेन सह भत्तं भुञ्जन्तस्स पुत्तस्स अहं पानीयं अदासिं।
१०. मा पापानि करोथ मनुस्सलोकम्हा चवित्वा सग्गं पविसितुं कुसलानि करोथ।

अभ्यास - १८

हिन्दी में अनुवाद

१. अगर सभा में लड़कियाँ बोलेंगी तो मैं भी बोलूंगा।
२. लड़कियों ने फूल चुनकर भवन में बैठकर मालाएँ बनायीं।
३. स्त्री ने वृक्ष की शाखाओं को तोड़कर खींचा।
४. पत्नी ने पेटियों में वस्त्र और सोना रखा।
५. लड़कियाँ महल की छाँव में बैठकर बालू में खेलीं।
६. पत्नी की बात सुनकर प्रसन्न होकर किसान सत्पुरुष बना।
७. पुण्य करते हुए/धर्म से जीते हुए मनुष्यों की देवता रक्षा करें।
८. पर्वत गुफाओं में रहते हुए शेरों ने बालू में खेलते हुए मृगों को मार डाला।
९. माँ ने बच्ची पर क्रोधित होकर हाथ से मारा।
१०. स्त्रियों ने श्रद्धा से भात पकाकर विहार ले जाकर श्रमणों को दिया।
११. तुम लोग शराब मत पीयो, बीमार होने का प्रयत्न न करो।
१२. धर्म से धन एकत्र करते हुए प्रज्ञा से पुत्रों का पोषण करते हुए लोग मनुष्यलोक में सुख अनुभव करते हैं।
१३. अगर तुम लोग नाव से नदी पार करो तो द्वीप पर रहने वाले तपस्वियों को देखकर लौट आने में समर्थ होगे।
१४. महल से निकलते हुए परिषद से घिरे राजा को देखकर स्त्रियाँ आनन्दित होती हैं।
१५. लड़कियों ने भवन में एकत्र होकर लड़कों के साथ वार्तालाप किया।
१६. भूख से पीड़ित बीमार भिखारी को देखकर माँ ने भात दिया।
१७. गुफा में छिपकर शराब पीते हुए चोर शेर को देखकर डर गए।
१८. सूअर को मारकर जीविका उपार्जन करने वाला मनुष्य बीमार होकर दुःख अनुभव करता है।

१९. व्यापारी की दूकान में पेटी में पैसे हैं।
२०. मनुष्यों को पाप से रोककर श्रमण उन्हें अच्छा वनाने का प्रयत्न करते हैं।

पालि में अनुवाद

१. विहारं गन्तुं अम्माय मग्गं पुच्छन्तो पुरिसो मग्गे अट्ठासि।
२. सद्धाय समणानं ओदनं पटियादेत्वा वनिता विहारं नेसि।
३. त्वं धम्मेन जीवन्तो धनं परियेसितुं सक्कोसि।
४. गेहस्स छायायं निसीदित्वा कञ्ञायो लताय साखायो छिन्दिंसु।
५. असप्पुरिसा सुरं पिबन्ते पुत्ते न ओवदिंसु।
६. दारिका पिटकं च मूलं च आदाय/गहेत्वा धञ्ञं किणितुं आपणं अगच्छि/अगमि।
७. सचे तुम्हे दीपे जालेय्याथ उपासका विहारे रूपानि पस्सेय्युं।
८. सप्पुरिसा! तुम्हे धम्मं उग्गण्हित्वा धम्मेन जीवितुं उस्सहथ।
९. सचे त्वं उस्सहेय्यासि पापं निवारेत्वा पुञ्ञं कातुं सक्कोसि।
१०. वनिता गुहायं सयन्तं सीहं दिस्वा धावि।

अभ्यास - १९

हिन्दी में अनुवाद

१. माँ द्वारा पेटी में रखे हुए सोने को लड़की ने नहीं लिया।
२. धुले हुए वस्त्रों को लेकर पत्नी पानी से बाहर आयी।
३. किसानों द्वारा बगीचे में लगाए गए वृक्षों पर फल लगे थे।
४. बुद्ध देवताओं और मनुष्यों द्वारा पूजित होते हैं।
५. पानी से भरा पात्र लेकर स्त्री घर आयी है।
६. अधर्म से द्वीप पर शासन करते हुए राजा से पीड़ित लोग क्रोधित हैं।
७. पके हुए फल को चोंच में लेकर उड़ते हुए तोते को मैंने देखा।
८. उगते हुए सूरज को ब्राह्मण द्वारा नमस्कार किया गया था।
९. मां द्वारा जलाये गये दीपक को लेकर पुत्र विहार में प्रविष्ट हुआ।
१०. स्त्री द्वारा वस्त्र से ढके आसन पर बैठकर श्रमण ने एकत्रित हुयी सभा को धर्मोपदेश दिया।

११. किसान द्वारा खेत पर लाये गए मवेशी घास चरते हुए इधर-उधर घूमते रहे। ।
१२. व्यापारियों ने पेटियों में रखे हुए कपड़ों को नहीं बेचा।
१३. अगर तू सच को जानता है तो पुत्र को गाली मत दो ।
१४. नाव से यात्रा कर मनुष्य समुद्र पार करके द्वीप पर पहुँचकर पत्नियों के साथ बात करते हुए प्रसन्न होते हैं।
१५. मार्ग में व्यापारी की खड़ी हुई गाड़ी में मैंने लड़की द्वारा लाए हुए सामान को रखा।
१६. धर्म से प्राप्त धन से पुत्रों का पालन-पोषण कर जीते हुए मनुष्य देवताओं द्वारा संरक्षित होते हैं।
१७. श्रावकों और उपासकों से घिरे हुए बुद्ध विहार की छाया में बैठे हुए हैं।
१८. माँ द्वारा अकुशल कर्मों से रोके गए पुत्र सत्पुरुष होकर धर्म सुनते हैं।
१९. किसानों को पीड़ित करने वाले चोर, पंडित से अनुशासित होने पर, सत्पुरुप होने का प्रयत्न करते हुए उपासकों के साथ बगीचे में वृक्ष लगाते हैं।
२०. स्त्री ने पुत्र के लिए तैयार किये हुए भात में से भूख से पीड़ित भिखारी को थोड़ा देकर पानी भी दिया।
२१. सभा में बैठकर बच्ची द्वारा गाये गीत सुनकर लड़कियाँ प्रसन्न हुईं।
२२. मंत्री द्वारा बुलाए गए मनुष्य भवन में बैठने में असमर्थ बगीचे में एकत्र हुए।
२३. किसानों द्वारा खेतों में बोए गए बीजों मे से थोड़े पक्षियों ने खाए।
२४. वृक्ष के नीचे छिपकर सोता हुआ साँप लड़कों द्वारा देखा गया।
२५. व्यापारी द्वारा द्वीप से लाए हुए कपड़े खरीदने की इच्छा स्त्रियाँ करती हैं।
२६. अगर राजा धर्म से मनुष्यों की रक्षा करे, (तो) वे लोग काम करके बच्चों को पोसते हुए सुख अनुभव करें।
२७. माँ ने पुत्र द्वारा याचना किये जाने पर उसके मित्रों के लिए भात पकाया।
२८. मंत्री द्वारा पूछे गए प्रश्न समझने में असमर्थ चोरों के दूत ने सोचना शुरू किया।

२९. चोरों द्वारा गुफा में छिपाए गए सामान देखकर बन्दर उनको लेकर वृक्ष पर चढ़े।

३०. मैं खोजे गये धर्म को प्राप्त/अनुभव कर प्रसन्न हूँ।

पालि में अनुवाद

१. सभं आगतो पुरिसो अमच्चेहि सह कथेतुं न सक्कोसि।

२. अम्माय दिन्नं मूलं आदाय दारको आपणं धावि।

३. भूपालो अस्सेहि आकड्ढिते रथे निसिन्नो होति।

४. कस्सका पण्डितेन सह मन्तेत्वा भूपालस्स सन्तिके दूतं पेसेसुं।

५. दारका विवटम्हा द्वारम्हा निक्खमिंसु।

६. उदकम्हि ओतरित्वा वनितायो वत्थानि धोवित्वा नहायिंसु।

७. बुद्धा च सावका च देवेहि च मनुस्सेहि च पूजिता/वन्दिता होन्ति।

८. वाणिजो वनिताहि सिब्बितानि वत्थानि/दुस्सानि विक्किणि।

९. अहं वनम्हा दारिकाय आहटानि पुप्फानि च फलानि च न गण्हिं।

१०. सोणेन अनुबन्धितायो कञ्ञायो सीघं गेहं धाविंसु।

११. आचरियो दारिकाय कतं पापकम्मं पस्सित्वा (तं) ओवदि।

१२. मयं वनिताहि पटियादिते दीपे न जालयिम्ह।

१३. मा त्वं कस्सकेन छिन्नायो साखायो पब्बतम्हा आकड्ढ।

१४. अस्स कम्मस्स वेतनं अलभित्वा वनिता कुद्धा होति।

१५. साखायं निसिन्नम्हा कुमारम्हा फलानि मा याच।

१६. ब्राह्मणेन अक्कोसिता वनिता द्वारे निसिन्ना रोदति।

१७. अम्माय पक्कोसिता दारिका भत्तं भुञ्जितुं गेहं धावि।

१८. लतायो छिन्दितुं उस्साहिता नरा/पुरिसा/मनुस्सा साखायो आकड्ढितुं आरभिंसु।

१९. धम्मेन जीवन्तो कस्सको खेत्ते कसन्तो भरियाय च दारकेहि च सद्धिं सुखं विन्दति।

२०. देवलोकम्हा चवित्वा सुरा मनुस्सलोके उप्पज्जित्वा बुद्धेन देसितं धम्मं सुणन्ता मोदन्ति।

२१. समणेन अनुसासिता/ओवदिता चोरा सप्पुरिसा भविंसु।

२२. कस्सकेन रोपितेसु रुक्खेसु फलानि न आसुं/आसिंसु।

२३. सुनखेन डसिता दारिका गेहं धावित्वा रोदि।

२४. अमच्चो वेज्जाय अञ्ञातो होति/वेज्जेन अमच्चो न ञातो होति।
२५. रुक्खमूले निसिन्नायो दारिकायो वालुकाय कीळिंसु।
२६. पुत्ता! मा सुरं पिवथ।
२७. अम्मा/अम्मायो दारके पापा निवारेन्ति।
२८. अहं पिपासेन पीळितस्स कुक्कुरस्स पानीयं अदासिं/अददिं।
२९. मयं आगच्छन्तं/उपसंकमन्तं लुद्दकं दिस्वा रुक्खेसु निलीयिम्ह।
३०. मयं सद्धाय दानानि पटियादेत्वा समणानं ददिम्हा।

अभ्यास - २०

हिन्दी में अनुवाद

१. राजा रानी के साथ नाव से नदी पार करता हुआ पानी में विचरण करती हुई मछलियों को देखता हुआ मंत्रियों के साथ बात करता है।
२. पानी पीकर लड़की द्वारा भूमि पर रखा गया पात्र टूटा हुआ है।
३. किसानों की गायें जंगल में घूमकर खेत में आ गयीं।
४. रात में समुद्र पर गिरी हुई चाँद की किरणों को देखकर तरुणियां आनन्दित हुईं।
५. ऋद्धिबल से आकाश में जाते हुए तपस्वी को देखकर उपासक प्रसन्न होते हैं।
६. वहन के साथ तालाब के तट पर खड़ा होकर उसने कमल एकत्र करने के लिए प्रयत्न किया।
७. स्त्रियों ने तालाब में नहाने की अथवा वस्त्रों को धोने की इच्छा नहीं की।
८. तरुणी द्वारा पूछे गए प्रश्न का उत्तर देने में असमर्थ मैंने उसके साथ वार्तालाप करना आरंभ किया।
९. बदमाश बेटे द्वारा किए गए पापकर्म को छिपाने का प्रयत्न माँ ने नहीं किया।
१०. वहन द्वारा वस्त्र में लपेटकर चारपाई पर रखे गये सामान को स्त्री ने पेटी में रखा।
११. तुम लोग सड़क पर सोते कुत्ते को कष्ट न दो।

१२. सत्पुरुष मंत्री ने धन खर्च करके भिखारियों के रहने के लिए भवनों का निर्माण किया और राजा को सूचना दी।

१३. लड़के ने तोते को हाथ से मुक्त किया और उसको उड़ते देख, रोता हुआ वृक्ष के नीचे खड़ा रहा।

१४. श्रद्धा से दान देते हुए कुशल करते हुए सत्पुरुष फिर मनुष्यलोक में उत्पन्न होने की कामना करते हैं।

१५. लड़के ने पेटी खोली, वस्त्र निकाला और माँ को भेजा।

पालि में अनुवाद -

१. भूपालस्स उय्याने पोक्खरणीसु पदुमानि च मच्छा च होन्ति।

२. युवतियो वापिया पदुमानि ओचिनित्वा भूमियं निक्खिपिंसु।

३. राजिनि नावाय/दोणिया नदिं तरित्वा आगताहि भगिनीहि सद्धिं कथेसि।

४. अहं खेत्ते गाविं अनुवन्धन्तं कुक्कुरं अपस्सिं/पस्सिं।

५. इत्थियो च कञ्ञायो च फलानि च पुप्फानि च ओचिनितुं रुक्खे न आरुहिंसु।

६. तुम्हे नहायितुं नदिं गन्त्वा असनिसद्दं च सुत्वा भायित्थ।

७. मा तुम्हे मित्तेहि सह कतं पापं छादेथ।

८. सचे त्वं वत्थानि किणितुं मूलं विस्सज्जेसि अम्माय आरोचेहि।

९. सालायं निसिन्नानं तरुणीनं पदुम-पण्णेहि वेठितानि पदुमानि पेसेहि।

१०. मयं सभायं इत्थीहि पुट्ठे पञ्हे व्याकातुं सक्कोम।

अभ्यास - २१

हिन्दी में अनुवाद

१. खेत से फल चुराती वच्ची ने किसान को देखकर डरकर दौड़ना शुरू किया।

२. बुद्ध के शिष्य द्वारा दिये गये धर्म सुनकर युवती ने सत्य को जानने की इच्छा से माँ के साथ मन्त्रणा की।

३. सोते हुए कुत्ते को थपथपाती हुई लड़की घर के द्वार पर बैठी हुई है।

४. रानी ने नारियों द्वारा पूछे गये प्रश्नों को स्पष्ट करती हुई सभा में बैठकर परिषद को संबोधित कर बात कही।

५. जंगल जाकर वृक्ष काटकर शाखाएँ खींचती हुई स्त्रियाँ गीदड़ देखकर डर गयीं।

६. घर के द्वार पर बैठकर वस्त्र सीती हुई बहन गीत गाती है।

७. असत्पुरुष पापकर्मों को छिपाकर उपासकों के साथ वार्तालाप करता हुआ विहार में आसन पर बैठा हुआ है।

८. वस्त्र में लपेटे छिपाए गये सुवर्ण को देखने की इच्छा करती हुई युवती ने कमरे का द्वार खोला।

९. अगर तुम पैसा खर्च करना चाहते हो, कपड़ा मत खरीदो।

१०. अगर तुम लोग राजा के पास दूत भेजो तो मंत्रियों को भी बताओ।

११. किसान ने काटी गयी शाखाओं को खेत से बाहर निकालकर जंगल में रखा।

१२. तालाब के तट पर खड़ी होकर केला खाती हुई लड़की ने बहन द्वारा दिए गए कमल को ग्रहण किया ।

१३. हमारे हाथ पैर में बीस उँगलियाँ हैं।

१४. रात को घर से निकलने में डरती हुई लड़की ने द्वार नहीं खोला।

१५. अगर तू लाठी से कुत्ते को मारोगे तो वह काटेगा।

१६. हम लोगों ने सत्पुरुष बनने की इच्छा से श्रमणों के पास जाकर धर्म सुनकर कुशल कर्म करना शुरू किया।

१७. पापकर्मों द्वारा पीछा किये गए असत्पुरुष चोर नरक में उत्पन्न होकर दुःख भोगते हैं।

१८. पुण्य का त्यागकर पाप न करो, अगर करोगे तो मनुष्य लोक से च्युत होकर दुःख अनुभव करोगे।

१९. अगर तुम लोग स्वर्ग में उत्पन्न होकर आनन्दित होना चाहते हो, तो पुण्य करो।

२०. सत्य जानने का प्रयत्न करते हुए ब्राह्मणों ने मित्रों के साथ विचार विमर्श किया।

२१. स्त्री द्वारा पिंजरे में रखे गए तोते केले खाते हुए बैठे हुए हैं।

२२. बैल को कष्ट देना न चाहते हुए व्यापारी ने गाड़ी से सामान निकालकर जमीन पर रख किसान को बताया/सूचित किया।
२३. जंगल में रहने वाले मृग, बैल और सूअर शेर से डरते हैं।
२४. श्रद्धा से उपासकों द्वारा दिया गया भोजन खाकर, श्रमण सत्य प्राप्त करने का प्रयत्न करते हुए शीलों की रक्षा करते हैं।
२५. रात को खुली नाव नदी पार करके सुबह द्वीप पर पहुँची।
२६. घर की छाँव में खड़ी होकर लड़की द्वारा जमीन पर रखे गए भात को कुत्ते ने खाना आरंभ किया।
२७. पत्नी द्वारा माप से मापे हुए धान लेकर किसान बाजार गया हुआ है।
२८. उड़ते हुए कौओं को देखकर बालू और पानी से खेलती हुई बच्ची हंसती हुई दौड़ी।
२९. रथ हांकना/चलाना सीखते हुए मनुष्य ने योग्य/दक्ष रथ चालक होने का प्रयत्न किया।
३०. खुले हुए दरवाजे से निकले हुए लड़के पिंजरों से मुक्त पंछियों जैसे बगीचे की ओर दौड़े।

पालि में अनुवाद

१. मञ्चस्मिं/मञ्चे निसिन्ना कञ्ञा/दारिका अम्माय दिन्नं खीरं पिवि।
२. इत्थियो/नारियो/वनितायो घटे गहेत्वा सल्लपन्तियो उदकं आहरितुं नदिं गमिंसु/गच्छिंसु।
३. सकुणं विहेठेतुं न इच्छन्ती नारी (तं) पञ्जरम्हा मुञ्चि।
४. रुक्खम्हा फलानि ओचिनितुं असक्कोन्ती तरुणी/दारिका कस्सकं पक्कोसि।
५. रोदन्तस्स दारकस्स पत्ते खीरं नत्थि।
६. रुक्खमूले गायन्तियो कञ्ञायो नच्चितुं आरभिंसु।
७. लुद्दकेन च सुनखेहि च अनुबद्धा/अनुबन्धिता मिगा वनं धाविंसु।
८. लाभं लभितुं इच्छन्तियो इत्थियो आपणेसु साटके विक्किणिंसु।
९. कुमारो दीपे जालेतुं तेलं किणितुं आपणम्हा आपणं अगमि/अगच्छि।
१०. अहं रुक्खस्स छायाय निसिन्नाय कञ्ञाय मञ्जूसं अददिं/अदासिं।
११. दारिकायो रुक्खम्हा लतं आकड्ढमाना हसिंसु।
१२. इत्थियो च दारके च विहेठेन्ता ते असप्पुरिसा होन्ति।

१३. मयं लोचनेहि भूमियं पतन्तियो सुरियस्स रस्मियो पस्साम।
१४. वनिता गेहं पविसन्तं सप्पं यट्ठिया पहरित्वा मारेसि।
१५. भगिनियो फलानि च पुप्फानि च मञ्जूसासु पक्खिपन्तियो विवटे गेहद्वारे निसीदिंसु।
१६. सचे त्वं उदकम्हा उत्तरित्वा दारकं आरक्खेय्यासि अहं पोक्खरणिं ओतरित्वा नहायिस्सामि।
१७. मयं पापकम्मानि करोन्तीहि इत्थीहि कुज्झित्वा सालाय निक्खमिम्ह।
१८. मा तुम्हे उय्याने आहिण्डन्तियो गावियो च मिगे च विज्झथ, भूपालो च राजिनी च कुज्झिस्सन्ति।
१९. भूपालो च अमच्चा च दीपस्मिं वसन्ते मनुस्से मा विहेठेन्तु।
२०. अहं मग्गे आहिण्डन्तानं खुदाय पीळितानं सुनखानं भत्तं अददिं।

अभ्यास - २२

हिन्दी में अनुवाद

१. उपासकों द्वारा श्रमण वन्दन करने योग्य हैं।
२. पेटी में रखे जानेवाले सुवर्ण को चारपाई पर मत छोड़ो।
३. सत्पुरुप पूजनीयों को पूजते हैं, असत्पुरुष वैसा नहीं करते।
४. राजा द्वारा शासन करने योग्य द्वीप के मंत्री अच्छी तरह से शासन नहीं करते हैं।
५. मनुष्यों को धर्म सीखना चाहिए, और सत्य का साक्षात्कार करना चाहिए।
६. लड़कियों द्वारा लाये गये फूलों को पानी से सींचना चाहिए।
७. चोर द्वारा लिया गया मेरी बहन का धन ढूँढना चाहिए।
८. वगीचे में लगाए गए वृक्ष काटने योग्य नहीं होते।
९. धोने योग्य वस्त्रों को लेकर युवतियाँ हँसती हुई तालाव में उतरीं।
१०. श्रमणों द्वारा उपदेश देने योग्य लड़के विहार नहीं गए।
११. किसान द्वारा जोते जाने योग्य खेत को वेचने के लिए व्यापारी ने प्रयत्न किया।

१२. दूकानों में रखे गए बेचने योग्य सामान को खरीदने की इच्छा उन लोगों ने नहीं की।
१३. माँ खाद्य और भोज्य वस्तुओ को तैयार करके अपने बच्चों को देती है।
१४. मनुष्यों को दान देना चाहिए, शील का पालन करना चाहिए, और (अनेक) पुण्य करना चाहिए।
१५. बैलों को खिलाने योग्य घास किसान ने खेत से लाया।
१६. मृग पीने का पानी खोजते हुए जंगल में घूमे।
१७. लड़की को देने के लिए फल बाजार या खेत से लाने चाहिए।
१८. कहने योग्य या नहीं कहने योग्य को नहीं जानते हुए असत्पुरुष सभा में न बैठे।
१९. तुम राजा लोग मंत्रियों, पंडितों तथा श्रमणों द्वारा अनुशासित करने योग्य होते हो।
२०. उपासक द्वारा पूछे गये प्रश्न का उत्तर पण्डित को देना चाहिए।
२१. राजा के बगीचे में रहने वाले मृग और पक्षी शिकारियों द्वारा मारने योग्य नहीं होते हैं।
२२. कुशल को न जानकर पाप करते हुए लड़कों को नहीं डाँटना चाहिए। उनको श्रमणों पण्डितों और सत्पुरुषों द्वारा अनुशासित किया जाना चाहिए।
२३. असत्पुरुषों को टालना/दूर रखना चाहिए, तुम लोग उनके साथ गाँव में मत घूमो।
२४. शराब नहीं पीनी चाहिए, अगर पीयोगे तो तुम बीमार हो जाओगे।
२५. धर्म से जीवन जीते हुए मनुष्य देवों द्वारा रक्षित होते हैं।

पालि में अनुवाद

१. रत्तियं मनुस्सेहि दीपा जालेतब्बा।
२. वाणिजो कस्सकानं विक्किणितब्बे अस्से आहरिंसु।
३. नयनेहि रूपानि पस्सितब्बानि, जिव्हाय रसानि सायितब्बानि।
४. सुनखो/सोणो यट्ठिहि च पासाणेहि च न पहरितब्बो।
५. दीपे मनुस्सा भूपालेन च तस्स अमच्चेहि च आरक्खितब्बा होन्ति।
६. उय्याने आहिण्डन्तेहि नरेहि पुप्फानि न ओचिनितब्बानि होन्ति।

७. भरियाय सद्धिं कस्सकेन धञ्ञं मिणितब्बं होति।
८. मनुस्सेहि पापं न कातब्बं।
९. गोणानं च अजानं च तिणं च उदकं च दातब्बं।
१०. आचरियस्स भगिनिया परिसा आमन्तेतब्बा।
११. गुहासु सयन्ता सीहा मनुस्सेहि न उपसङ्कमितब्बा।
१२. अम्माय वत्थानि दारिकाय धोवितब्बानि होन्ति।

अभ्यास - २३

हिन्दी में अनुवाद

१. माँ ने श्रमणों द्वारा अपने बदमाश पुत्रों को अनुशासित करवाया।
२. तुम लोग मनुष्यों को कष्ट पहुँचानेवाले चोरों को बुलवाकर उपदेश दो।
३. व्यापारी ने किसान से वृक्षों को कटवाकर गाड़ी से नगर ले जाकर बेचा।
४. श्रमण ने उपासकों को एकत्र करवाकर धर्म उपदेश दिया।
५. मामा ने लड़कों द्वारा फूलों और फलों को तोड़वाया/चुनवाया।
६. लड़की ने कुत्ते को तालाब में उतरवाया/उतारा ।
७. मंत्री व्यापारियों और किसानों को बुलवाकर पूछेंगे।
८. लड़कियों द्वारा लाए गए फूलों को स्त्रियों ने सिंचवाया।
९. पत्नी द्वारा किये जाने वाले/किये जाने योग्य काम को मैं करता हूं।
१०. शिकारी ने मित्र से मृग को विंधवाकर मरवाया।
११. ब्राह्मण ने आचार्य से अपनी लड़की को धर्म सिखवाया।
१२. मां ने बच्ची को दूध पिलाकर चारपाई पर सुलाया।
१३. व्यापारी घोड़ों पर सामान लदवाकर बेचने के लिए नगर गये।
१४. स्त्री मित्र से वृक्ष की शाखाओं को खिंचवाकर घर ले गयी।
१५. मां ने पुत्र से घर आए हुए श्रमण की वंदना करवायी।
१६. उपासकों ने श्रमणों को आसनों पर विठवाकर खिलाया/खिलवाया।
१७. बहन टूटे हुए पात्र के टुकड़ों को छू-छूकर रोती हुई घर के दरवाजे पर खड़ी रही।

१८. पानी लाने जाती हुईं स्त्रियाँ वार्तालाप करती हुईं वृक्ष के नीचे गिरे फूलों को देखकर खुश हुईं।

१९. चोंच से फल चुनने का प्रयत्न करते हुए तोते को शिकारी ने बाण से मारा।

२०. सत्पुरुषों द्वारा बनवाये गए विहारों में श्रमण रहते हैं।

पालि में अनुवाद

१. असप्पुरिसो पुत्तेहि सकुणे विज्झापेति।

२. उपासका समणेन धम्मं देसापेस्सन्ति।

३. वनितायो दारकेहि बुद्धस्स सिस्से वन्दापेन्ति।

४. युवति भगिनिया सभायं कथापेस्सति।

५. कस्सको रुक्खं आवाटे पातेसि।

६. तुम्हे उदकेन पुप्फानि सिञ्चापेस्सथ।

७. भूपालो अमच्चेहि विहारं कारापेसि।

८. राजिनि भूपालेन कारापिते पासादे वसिस्सति।

९. वाणिजो भरियाय भण्डानि मञ्जूसासु निक्खिपापेसि।

१०. ब्राह्मणो बुद्धस्स सावकेन ञातयो देसापेसि।

अभ्यास - २४

हिन्दी में अनुवाद

१. बहू सास की गाय को रस्सी से बाँधकर खेत ले गयी।

२. माँ खिचड़ी पकाकर बच्चों को देकर चारपाई पर बैठी।

३. युवती के हाथों और उँगलियों में दाद है।

४. हम लोगों ने जंगल में घूमती हुई हथिनियों को देखा।

५. स्त्री ने युवती से भात पकवाकर बच्चियों में थोड़ा-थोड़ा बाँटा।

६. तुम लोगों ने विजली के प्रकाश में गुफा में सोते हुए सिंह को देखा।

७. युवती के हाथों में लड़कों द्वारा दी गईं मालाऐं हैं।

८. बहू ने खेत में गड्ढों में गिरे फलों को एकत्र किया।

९. ब्राह्मण ने बुद्ध की धातुओं को विभाजित करके राजाओं को दिया।

१०. बहू ने सास के पैरों की वंदना की।
११. युवती को घर साफ करना चाहिए/घर में झाड़ू लगाना चाहिए।
१२. देवता समस्त विहार को प्रकाशित करते हुए बुद्ध के पास पहुँचे।
१३. जंगलों में रहती हुईं हथिनियाँ शाखाओं को तोड़कर खाती हैं।
१४. मैंने वृक्ष की छाया में बैठी हुईं गायों और बैलों को घास दी।
१५. स्त्री मार्ग में जाती हुई माँ को देखकर रथ से उतरकर उसको प्रणाम कर रथ पर चढ़वाकर घर ले गयी।
१६. बहू घर के द्वार बंद करके नहाने के लिए नदी पहुँचकर युवतियों के साथ वार्तालाप करती हुई नदी के तट पर खड़ी रही।
१७. राजा ने मनुष्यों को कष्ट देनेवाले चोरों का संहार कर द्वीप की रक्षा की।
१८. माँ ने असत्पुरुषों के साथ रहनेवाले पुत्रों को श्रमणों द्वारा उपदेश दिलवाया।
१९. सत्पुरुष द्वारा खरीदकर लाये गये सामानों में कुछ भी छोड़ने योग्य नहीं है।
२०. तुम लोग गाँव में रहनेवाले किसानों को कष्ट मत दो।

पालि में अनुवाद

१. अम्मा मञ्जूसायं ठपितं सुवण्णं गहेत्वा धीतुया अददि/अदासि।
२. वधू मालाहि च फलेहि च देवतायो पूजेसि।
३. सचे त्वं आवाटे खणेय्यासि अहं रुक्खे रोपेस्सामि।
४. तुम्हे खेत्तं गन्त्वा धञ्ञं गेहस्मिं आहरथ।
५. कणेरुयो कदलिरुक्खे खादन्तियो अटवियं आहिण्डिसु/चरिंसु।
६. अहं दोणिया नदिं तरन्तियो कञ्ञायो ओलोकिं।
७. तरुणियो कासुयं पतितायो साखायो आकड्ढिंसु।
८. सुरियस्स रंशियो लोकं ओभासेन्ति।
९. गीतानि गायन्तियो भगिनियो नहायितुं वापिं गमिंसु/गच्छिंसु।
१०. इत्थी गावि रज्जुया बन्धित्वा खेत्तं आनेसि।
११. वधू सस्सुया सद्धिं तथागतस्स धातुयो वन्दितुं अनुराधपुरं अगमासि।
१२. सीलं च पञ्ञा च लोके मनुस्सानं चित्तानि ओभासेन्तु।

अभ्यास - २५

हिन्दी में अनुवाद

१. मुनि शील पालते हुए पर्वत पर गुफाओं में रहे।
२. आचार्य के साथ रहता हुआ कवि ऋषि होता है।
३. राजा ने तलवार से शत्रु पर प्रहार करके मारा।
४. पति पत्नी द्वारा तैयार किया गया भोजन का आनन्द उठाकर/खाकर खेत गया।
५. सत्पुरुप गृहपति पत्नी और पुत्रों के साथ घरों में रहते हुए सुख अनुभव करते हैं।
६. खजाना खोजते हुए राजा मित्रों के साथ द्वीप गये।
७. अतिथियों के लिए भात पकाने के लिए स्त्री ने आग जलायी।
८. व्याधि से पीड़ित मनुष्य चारपाई पर सोता है।
९. गृहपति धान की राशि मापते हुए पत्नी के साथ बात करता है।
१०. बच्चियाँ पर्वत से उगते सूरज को देखती हुईं हँसती हैं।
११. राजा की मुट्ठी में मणियां हैं।
१२. शत्रु कवि के कुत्ते को लाठी से मार कर दौड़ा।
१३. कवि ने पति/नेता द्वारा दिए गए मणि को अपने हाथ में लिया।
१४. स्त्रियों ने पतियों के साथ समुद्र जाकर नहाना आरंभ किया।
१५. नेता ने अतिथि का स्वागत खाद्य और भोज्य से किया।
१६. राजा द्वारा किये जाने योग्य कर्मों को नेता नहीं करेंगे।
१७. मुनियों द्वारा खोजने योग्य धर्म को मैं भी सीखने की इच्छा करता हूँ।
१८. मैं दीपक जलाकर पानी से सींचे हुए कमल फूलों से बुद्ध की पूजा करता हूँ।
१९. तुम पर्वत पर रहनेवाले चीतों को देखने के लिए शिकारी के साथ पर्वत पर चढ़ते हो।
२०. रानी परिषद के साथ सभा में बैठी हुई है।
२१. गृहपति प्रश्न पूछने की इच्छा से ऋषि के पास पहुँचे।

२२. गृहपतियों द्वारा पूछे गये प्रश्नों को ऋषि ने स्पष्ट किया।
२३. स्त्री द्वारा धोए गए वस्त्रों को लेने वाले बन्दरों को देखकर लड़कों ने पत्थरों से उनको मारा।
२४. बगीचे में धूमकर घास खाती हुई गायें, बैल और बकरियाँ जंगल में प्रवेश करके चीता देख डर गईं।
२५. गृहपतियों द्वारा मुनियों और अतिथियों को खिलाया जाना चाहिए।
२६. माँ ने पेटी में सुरक्षित रखी मणियों को छोटी लड़की और बहू को दिया।
२७. अगर तुम लोग राजा के पास पहुँच जाओ तो हम लोग रथ को तैयार करें/कर लें।
२८. गृहपति ने चोर का गला पकड़कर पैर से उसके पेट में मारा।
२९. पक्षियों द्वारा बनाए गए घोसलों को तुम मत उजाड़ो।
३०. गीत गाती हुई युवती ने गाय के पास पहुँचकर दूध दुहना शूरू किया।
३१. बुद्ध की धातुओं की वंदना करने हम लोग विहार गये।
३२. हम लड़कियों ने धर्मशाला साफ करके चटाइयों पर बैठकर धर्म सुना।
३३. हम लोग आँखों से रूप देखते हैं, कानों से शब्द सुनते हैं, जिव्हा से रस चखते हैं।
३४. उन लोगों ने जंगल में धूमती हुई गायों को रस्सियों से बाँधकर खेत पर लाया।
३५. पत्नी ने व्याधि से कष्ट पाते हुए पति के हाथ को छूते हुए उसको सांत्वना दी।
३६. गृहपति अतिथि के साथ वार्तालाप करता हुआ भवन में बैठा है।
३७. मुनि सत्य प्राप्त करके मनुष्यों को धर्म देने के लिए पर्वत से उतरकर गाँव में विहार में रहते है।
३८. रस्सी से बंधी गाय यहाँ-वहाँ घूमने में असमर्थ हो वृक्ष के नीचे घास खाती है।

३९. रानी ने राजा के साथ रथ से जाती हुई बीच रास्ते पर हल चलाते हुए किसानों को देखा।

४०. तुम लोग पाप मत करो, अगर करोगे तो सुख अनुभव नहीं कर पाओगे।

पालि में अनुवाद

१. पतयो भरियानं दीपम्हा मणयो आहरिंसु।

२. व्याधयो लोके वसन्ते मनुस्से पीळेन्ति।

३. इत्थी भूमियं निसीदित्वा नालिया वीहिं मिनि/मिणि।

४. अकुसलं/पापं करोन्ता गहपतयो इसयो न वन्दन्ति।

५. सचे तुम्हे निधिं खणेय्याथ मणयो लभिस्सथ।

६. अहं भरियाय धोवितब्बानि वत्थानि धोविं।

७. मयं अम्माय पटियादितं यागुं पिविम्ह।

८. नगरम्हा आगच्छन्तानं अतिथीनं ओदनं च यागुं च पचितुं त्वं अग्गिं जालेसि।

९. गहपति गेहं पविट्ठं चोरं असिना पहरि।

१०. कञ्ञा रुक्खस्स छायायं ठितानं गावीनं तिणं अदासि/ददि।

११. मक्कटा/कपयो/वानरा रुक्खेसु वसन्ति, सीहा गुहासु सयन्ति, सप्पा भूमियं चरन्ति।

१२. सचे तुम्हे नगरम्हा किणित्वा भण्डानि आनेय्याथ, अहं तानि कस्सकानं विक्किणिस्सामि।

१३. असप्पुरिस! सचे त्वं कुसलं करेय्यासि सुखं विन्देय्यासि।

१४. अम्माय गेहे मञ्जूसासु मणयो च सुवण्णं च सन्ति।

१५. इसि भूमियं निसिन्नाय भूपतिनो परिसाय धम्मं देसेसि।

१६. समणा च इसियो च कवयो च सप्पुरिसेहि पूजिता होन्ति।

१७. मयं अधिपतिना रक्खितं निधिं लभिस्साम।

१८. मा तुम्हे उय्याने रोपितानं रुक्खानं साखायो छिन्दथ।

१९. पञ्जरम्हा मुत्ता सकुणा आकासं उप्पतिंसु।

२०. मयं इद्धिया नदिं तरन्ते इसयो न पस्सिम्ह।

अभ्यास - २६

हिन्दी में अनुवाद

१. गाता हुआ पंछी शाखा पर बैठता है।
२. गाय को रस्सी से मुक्त करती हुई माँ खेत में खड़ी हुई हैं।
३. लड़कियों ने सभा में नाचती हुई गाया।
४. सेठ (लखपती) ने बहुत धन खर्च करके श्रमणों के लिए विहार बनवाया।
५. हाथी और हथिनियां जंगल में घूमते हैं।
६. पापकारी ने पापों को छिपाकर सत्पुरुप के समान सभा में बैठकर सेठ के साथ बात की।
७. सत्पुरुप दीर्घजीवी हों, पुत्र सुखी रहें।
८. व्यापारी ने शहर से सामान खरीदकर टोकरियों में रखकर, रस्सी से बाँधकर बाजार भेजा।
९. सारथी द्वारा लाए गए रथ में सुतार बैठा हुआ है।
१०. सभी प्राणी दीर्घजीवी नहीं होते हैं।
११. माँ सुतार से घर बनवाकर बेटियों के साथ वहाँ रही।
१२. हम लोगों ने मणियों को वस्त्र में लपेटकर पेटी में रख पत्नियों को भेजा।
१३. मुनि ने पापकारी को बुलवाकर धर्मदेशना कर उपदेश दिया।
१४. बलवान द्वारा राजा को दिए गये हाथी को देखने के लिए तुम लोग एकत्र हुए।
१५. मैंने, श्रेष्ठीने कोढ़ी को बुलवाकर, भोजन दिलवाया।
१६. अगर पर्वत पर मोर रहते हैं तो, उनको देखने के लिए मैं पर्वत पर चढ़ने का प्रयत्न करूंगा।
१७. राजा सत्पुरुप थे, मंत्री पापकारी थे।
१८. बलवान द्वारा बनवाये गए महलों में सेठ के पुत्र नहीं रहे।
१९. सभी प्राणी सुख खोजते हुएव तथा कर्म करते हुए जीते हैं।
२०. पति/स्वामी ने मणियों और स्वर्ण खरीदकर पत्नी को दिया।

२१. गरजते बादल की आवाज सुनकर पर्वत पर मोरों ने नाचना शुरू किया।
२२. बलवान पुरुष पापकारी न हों।
२३. सत्पुरुष कुशल करते हुए, मनुष्यों द्वारा पुण्य करवाते हुए, सुखी होते हैं।
२४. कवि ने तलवार से शत्रु को मारा, कवि को मारने में असमर्थ शत्रु क्रुद्ध हुआ।
२५. बन्दरों ने वृक्षों पर घूमते हुए फूलों को बर्बाद किया।

पालि में अनुवाद

१. पापकारिना लुद्दकेन अनुबन्धिता हत्थिनो अटवियं धाविंसु।
२. कुट्ठी सामिना दिन्ने साटके गण्हि।
३. अटवियं वसन्ता दीपयो गुहासु वसन्तेहि सीहेहि न भायन्ति।
४. गीतं गायन्ता कुमारा सालायं दारिकाहि सद्धिं नच्चिंसु।
५. अम्मायो दारिकाहि सह पुप्फासने पदुमानि पत्थरिंसु।
६. सचे कुमारा सुरं पिवेय्युं कञ्ञायो कुज्झित्वा न गायिस्सन्ति।
७. कस्सको खेत्ते तिणं खादन्तियो गावियो विहेठेन्तस्स पापकारिनो कुज्झि।
८. सेट्ठी वड्ढकिना पुत्तानं पासादं कारेसि।
९. देवतायो धम्मेन दीपं पालेन्तं सप्पुरिसं भूपालं रक्खन्तु।
१०. सब्बे पाणिनो दीघजीविनो, सुखिनो होन्तु/भवन्तु!

अभ्यास - २७

हिन्दी में अनुवाद

१. भिक्षु तथागत के श्रावक/शिष्य होते हैं।
२. रिश्तेदार माँ को देखने के लिए नगर से गाँव आये।
३. चोर वृक्षों को काटने के लिए कुल्हाड़ी लेकर जंगल गया।
४. शेर और चीता जंगल में रहने वाले पशुओं को मारकर खाते हैं।
५. सत्पुरुष लोग समझदार होते हैं।

६. राजा ने मंत्रियों के साथ नदी पार कर शत्रुओं पर आक्रमण कर जीतने का प्रयत्न किया।
७. माँ ने चम्मच से बच्ची को भात खिलाया।
८. हाथी और हथिनियों ने गन्ना तोड़कर खाया।
९. राजा के मंत्रियों ने शत्रुओं की पताकाओं को लाया।
१०. पुल पर बैठे (हुए) रिश्तेदार ने वृक्ष की शाखा को हाथ से खींचा।
११. बगीचे में लगाए हुए बाँसों पर पक्षी बैठकर गाते हैं।
१२. अगर प्रमुख लोग उपकारी और बुद्धिमान हैं तो आम जनता गांव में सुख से रह सकती है।
१३. सर्वज्ञ तथागत धर्म से मनुष्यों को अनुशासित करते हैं।
१४. मात्रज्ञ सत्पुरुष दीर्घजीवी और सुखी होते हैं।
१५. समझदार व्यक्तियों/विज्ञों द्वारा अनुशासित किए गए हम लड़को ने सत्पुरुष बनने का प्रयत्न किया।
१६. हम लोग सूरज के प्रकाश में आकाश में उड़ते पंछियों को देखने में समर्थ होते हैं।
१७. तुम लोग प्रसिद्ध आदमी बनने तथा धर्म से जीने का प्रयत्न करो।
१८. मैं धर्म उपदेश करने वाले भिक्षु को जानता हूँ।
१९. साँप चूहों को खाते हैं और जंगल में दीमक की बाँबियों में रहते हैं।
२०. स्त्री की सास ने बहन को गन्ने और कमल दिए।

पालि में अनुवाद

१. सत्तु सेतुं तरित्वा दीपं पविसि।
२. मा तुम्हे फरसूहि वेळवो छिन्दथ ककचेहि छिन्दथ।
३. भूपतिनो अमच्चा सेतुम्हि च तरुसु च केतवो बन्धिंसु।
४. पसवो सुसूनं आखवो खादापेसुं।
५. विञ्ञू पभुनो अभविंसु।
६. भिक्खु दीपं पालेन्तस्स भूपतिनो बन्धु अहोसि।
७. सत्तुना छिन्ना रुक्खा उदधिम्हि पतिंसु।
८. कञ्ञं डसितुं उस्सहन्तं सोणं अम्मा मुट्ठिना पहरि।

९. भूपतयो दीपम्हि वसन्ते समणे च ब्राह्मणे च मनुस्से च पसवो च रक्खन्ति।
१०. अम्माय भगिनी वेळुना आखुं मारेसि।
११. आचरियो दाठिनो सुसूनं उच्छवो पेसेसि।
१२. पति गेहं पविसितुं उस्सहन्तं वानरं दिस्वा द्वारं थकेसि।

अभ्यास - २८

हिन्दी में अनुवाद

१. वृक्ष की छाया में बैठे शास्ता भिक्षुओं को धर्म देते हैं।
२. पुण्य करने वाले लोग भिक्षुओं और तपस्वियों को दान देते हैं।
३. अगर शास्ता धर्म दें (तो) जानने वाले होंगे।
४. राजा द्वीप का विजेता हो।
५. पिता बेटी को लेकर विहार गये और उससे शास्ता की वंदना करवायी।
६. जानने वाले (प्रज्ञावान) संसार में मनुष्यों के नेता हों।
७. भाई ने पिता के साथ मां द्वारा पकाया हुआ यवागु खाया।
८. उसके पति नातियों तथा पोतों के साथ खेलते हुए बन्दर देखकर हँसते हए खड़े रहे।
९. पुल बनाने वालों ने बांसों को बाँधकर नदी के किनारे पर रखा।
१०. समुद्र पार करके द्वीप पर जाने वाले शत्रु द्वारा मारे गये हैं।
११. पत्नी ने पति के वस्त्रों को धोबी से धुलवाया।
१२. नेता के भाषण को बगीचे में बैठे हुए सुनने वाले गरमी से बेचैन थे।
१३. दान देनेवालों से दिए गए वस्त्र भिखारियों द्वारा नहीं बेचे जाने चाहिए।
१४. रोते हुए नाती पर गुस्सा करके स्त्री ने उसको हाथ से मारा।
१५. विनय सिखानेवाले का उपदेश सुनकर रिश्तेदार सत्पुरुष हुए।
१६. घरों और जंगलों में रहने वाले चूहों को साँप खाते हैं।
१७. नाती मां से यवागु मांगता हुआ जमीन पर गिरकर रोता है।
१८. तुम लोग भाइयों और बहनों पर गुस्सा मत करो।

१९. द्वीप पर जाने वालों को जहाज से समुद्र पार करना चाहिए।
२०. पूर्व के ऋषि मंत्रों के कर्ता तथा मंत्रों के प्रवर्ता (सस्वर पाठ करने वाले) थे।
२१. मात्रज्ञ दाता ने नातियों को थोड़ी-थोड़ी मिठाई दी।
२२. बुद्धिमान नेता मनुष्यों को सत्पुरुष बनाते हुए विनय सिखाने वाले होते हैं।
२३. माँ ने लड़की को उपदेश दे सिर चूमा और बाँह थपथपाकर करके सांत्वना दी।
२४. उदार ब्राह्मण ने भूख से पीड़ित भिखारियों को देखकर बहुत/पर्याप्त भोजन दिलाया।
२५. सारथी द्वारा लाए हुए बाँसों को लेकर सुतार ने भवन का निर्माण किया।

पालि में अनुवाद

१. पिता च माता च भातरा सद्धिं भगिनिं पस्सितुं अगमिंसु।
२. पापकारिनो न सुखिनो दीघजीविनो भविस्सन्ति।
३. भूपति परिसाय सद्धिं जेता होतु/भवतु।
४. मातुया भाता मातुलो होति।
५. भातरानं अरयो तरूसु च वेळूसु च केतवो वन्धिंसु।
६. वड्ढकी/गहकारको नत्तारानं वेळवो अदासि/ददि।
७. भाता कटच्छुना धीतुया ओदनं अदासि/ददि।
८. बुद्धो देवानं च मनुस्सानं च सत्था होति।
९. तुम्हे सच्चं वत्तारो भवथ/होथ।
१०. सप्पुरिसा भत्तारो तेसानं भरियानं देवा (देवतायो) सुरा विय कारुणिका होन्ति।
११. दीपं पालेतुं गुणवन्ता सप्पुरिसा बलिनो अमच्चा भवन्तु!
१२. बलवन्ता भूपतिनो जेतारो अभविंसु/भविंसु।

अभ्यास - २९

हिन्दी में अनुवाद

१. घर में घुसते साँप को देखकर लड़की ने डरकर आँसू वहाते हुए रोना शुरू किया।

२. चीता द्वारा मारी गई गाय की हड्डियां भूमि पर चारों ओर विखरी हुई हैं।

३. नदी के पानी से कपड़े धोते हुए पिता ने नहलाने के लिए पुत्र को बुलाया।

४. तू घी और मधु से मिश्रित कर भात खाओगे।

५. हम लोग दूध से दही प्राप्त करते हैं।

६. भिक्षु दीपक की लौ/लपट को देखता हुआ अनित्य संज्ञा को बढ़ाता हुआ बैठा।

७. पापकारी शिकारी ने धनुष और वाणों लेकर जंगल में प्रवेश किया।

८. शत्रु ने मंत्री की जाँघ पर तलवार से वार करके (उनकी) हड्डियों को तोड़ा।

९. मैं घी में पकाए भात को शहद के साथ खाना नहीं चाहता हूँ ।

१०. नाती ने हाथों और घुटनों के वल चलते हुए भिखारी को देखकर दया कर भोजन और वस्त्र दिलवाया।

११. लकड़ियां एकत्र करती हुई स्त्रियों ने जंगल में घूमती हुईं (गीत) गाये।

१२. पानी में जन्मे हुए कमल पानी से लिप्त नहीं होते हैं।

१३. मनुष्य नाना कर्म करके धन जमा करके पत्नी-पुत्रों का पोषण करने के लिए प्रयत्न करते हैं।

१४. पति ने माता की आँखों में आँसू देखकर पत्नी पर गुस्सा किया।

१५. पिता (अपनी) संपत्ति को पुत्र और नातियों में बाँटकर विहार जाकर प्रव्रजित हुए।

१६. पक्षियों द्वारा खाए गए फलों के बीज वृक्ष के नीचे गिरे हुए हैं।

१७. आचार्य ने शिष्यों को शिल्पकला सिखाते हुए उनपर दया कर धर्म से जीने का उपदेश दिया।

१८. बोधिसत्व श्रमण मार को पराजित कर बुद्ध हुए/बने।

१९. बुद्ध को देखकर धर्म सुनने की इच्छा करते हुए मनुष्य धर्म का आचरण करने का प्रयत्न करते हैं।

२०. अगर सत्पुरुषों की सभी कामनायें पूर्ण हो जायं, तो मनुष्य संसार में सुख प्राप्त करे।

२१. व्याधि से पीड़ित माता ने आसू बहाते हुए लड़की के घर आकर चारपाई पर सोकर यवागु माँगा।

२२. माता पर दया करके लड़की ने शीघ्र यवागु तैयार किया माता का मुँह धुलाया और यवागु पिलाया।

२३. पिता द्वारा पूछे गए प्रश्न को पति ने अच्छी तरह विभाजन करके उपमा के साथ अर्थ स्पष्ट किया।

२४. शिकारी ने जंगल में जमीन पर धान्य विखेरकर मृगों को प्रलोभन देकर मारने का प्रयत्न किया।

२५. धान खाते हुए मृग शिकारी को आते हुए देख वेग से दौड़े।

पालि में अनुवाद

१. सो अटवियं दीपिना हतानं पसूनं अट्ठिनि पस्सि।

२. तुम्हे नदिया वारिना नहायिस्सथ।

३. तरुणिया धीतुया अक्खीसु अंस्सूनि सन्ति।

४. कस्सको सप्पिं च दधिं च वाणिजानं विक्किणाति।

५. दीपानं अच्चीनि वातेन नच्चिंसु।

६. सत्तुनो पादेसु दद्दु अत्थि।

७. मधुकरो पुप्फानि न विहेठेन्तो पुप्फेहि मधुं संहरति।

८. अटविया दारूनि आहरन्ती इत्थि नदियं पति।

९. मनुस्सा खेत्तेसु च उय्यानेसु च रुक्खे रोपेत्वा धनं संहरितुं उस्सहन्ति।

१०. भत्ता भरियाय नगरम्हा मणिं आहरि।

अभ्यास - ३०

हिन्दी में अनुवाद

१. बलवान राजाओं से शत्रु पराजित होते हैं।
२. आंखों से प्रकाशमान सूरज की किरणों को देखने में हम लोग समर्थ नहीं होते हैं।
३. भिक्षुओं ने भगवान द्वारा दिए गये धर्म सुनकर स्मृतिमान होने का प्रयत्न किया।
४. शीलवान उपासकों ने भगवान की वंदना कर धर्म सुन स्मृतिमान बनने का प्रयत्न किया।
५. प्रज्ञावानों द्वारा इच्छित प्रार्थित पूरा होगा/सफल होगा।
६. कुलवान (अच्छे कुल) का भाई भगवान के साथ विचार विमर्श करता हुआ जमीन पर फैलायी चटाई पर बैठा था।
७. फलदार वृक्षों पर बैठे पक्षियों ने फल खाकर बीजों को जमीन पर गिराया।
८. हिमालय में बहुत पशु, पक्षी और साँप रहते हैं।
९. शीलवान धर्म सुनकर चक्षुमान होने का प्रयत्न करेंगे।
१०. गुणवान के रिश्तेदार ने शीलवती से प्रश्न पूछा।
११. शील का पालन करने वाली गुणवती युवती ने माता की देखभाल की।
१२. प्रसिद्ध महिला के रिश्तेदार वलवान तथा प्रसिद्ध हुए।
१३. धनवान सत्पुरुष की पत्नी पुण्यवती थी।
१४. शीलवानों के बीच रहते हुए असत्पुरुष भी गुणवान हो जाते हैं।
१५. शीलवती माताएँ पुत्रों को गुणवान बनाने का प्रयत्न करती हैं।
१६. बुद्धिमान पुरुष ने पाप करते पुत्रों को उपदेश देने के लिए प्रज्ञावान भिक्षु को बुलाया।
१७. कुलीन परिवार का नाती शीलवान भिक्षु से धर्म सुन प्रसन्न हो, घर छोड़कर भिक्षुओं में प्रव्रजित हुआ।
१८. प्रसिद्ध तथा बलवान पुरुष शीलवान हों।

१९. धनवान तथा बलवान व्यक्ति क्वचित ही गुणवान होते हैं।
२०. हिमालय से आया हुआ प्रज्ञावान ऋषि शीलवती माता के बगीचे में अतिथि था।
२१. दुर्बल शीलवती स्त्री को देखकर दया करती हुई धनवती ने उसको पाला।
२२. हिमालय पर फलदार वृक्ष नहीं काटे जाने चाहिए।
२३. धर्म जाननेवाले यशवान होने का प्रयत्न नहीं करते।
२४. जिसके बहुत रिश्तेदार हैं वह बलवान होता है, धनवान को बहुत रिश्तेदार होते है।
२५. शीलवती रानी ने गुणवती स्त्रियों के साथ सभा भवन में बैठकर प्रसिद्ध लड़की की बात सुनी।
२६. गुणवान मनुष्य ने वृक्ष से रसदार फल तोड़कर विहार में रहने वाले शीलवान भिक्षुओं में बाँटा।
२७. शक्तिशाली रानी के मंत्रियों ने धर्म से द्वीप पर रहनेवाले मनुष्यों पर शासन किया।
२८. यशवती स्त्रियों की बेटियाँ भी यशवती होंगी।
२९. प्रज्ञावती युवती द्वारा पूछे गए प्रश्न को उत्तर देने में असमर्थ धनवान सभा में बैठा।
३०. प्रकाशमान सूरज मनुष्यों को प्रकाश देता है।

पालि में अनुवाद

१. हिमवति वसन्ता इसयो कदाचि नगरं उपसङ्कमन्ति।
२. सतिमन्ता भिक्खवो पञ्ञवन्तानं उपासकानं धम्मं देसेसुं/देसयिंसु।
३. पुञ्ञवन्तानं मनुस्सानं गुणवन्ता मित्ता च बन्धवो च होन्ति।
४. धनवन्ता वाणिजा भण्डानि विक्किणन्ता गामा गामं गच्छन्ति।
५. गुणवती तरुणी धनवन्तस्स आचरियस्स भरिया अहोसि।
६. पञ्ञवा भिक्खु बलवता पभुना पुट्ठं पञ्हं व्याकरि।
७. गुणवतिया युवतिया हत्थे मालायो सन्ति।
८. धनवन्तो यसवन्ता होन्ति, पञ्ञवन्ता गुणवन्ता होन्ति।
९. मा तुम्हे पञ्ञवन्ते च सीलवन्ते च परिवज्जेथ।
१०. भगवा बलवता भूपतिना पालिते यसवति दीपस्मिं विहरति।

११. सचे सीलवा भिक्खु गामे वसति मनुस्सा गुणवन्ता भविस्सन्ति।
१२. कुलवन्ता नरा गुणवन्ता च पञ्ञवन्ता च भवन्तु।
१३. मनुस्सा धनवन्ते च बलवन्ते च अनुगच्छिस्सन्ति।
१४. यसवा भूपति बलवन्तं च बन्धुमन्तं च अरिं पराजेसि।
१५. चक्खुमन्ता मनुस्सा भानुमन्तं सुरियं पस्सन्ति।

अभ्यास - ३१

हिन्दी में अनुवाद

१. मेरे आचार्य ने मुझे पढ़ाते हुए पुस्तक लिखी।
२. मेरी बहन ने बीमार पिता की सेवा/शुश्रूषा की/देखभाल की।
३. दान देने वालों ने भिक्षुओं को दान देते हुए हमें भी भोजन खिलाया/कराया।
४. तुम्हारी बेटियाँ कहाँ जाएँगी?
५. हमारी बेटियाँ शास्ता को नमस्कार करने वेळुवन जाएँगी।
६. काम करते हुए हमारे दास भी सत्पुरुष होते हैं।
७. हमारे द्वारा किए गए पुण्य और पाप हमारे पीछे-पीछे आते हैं।
८. तुम्हारे द्वारा खरीदे गए सामान को तुम्हारी बेटी ने पेटियों में रखा।
९. कुलीन और अस्पृश्य भी हम भिक्षुओं में प्रव्रजित होते हैं।
१०. हमारे बगीचे मे फलदार वृक्षों पर वर्णवान (सुन्दर) पक्षी विचरण करते हैं।
११. बगीचे में आकर घास खाते मृग हमें देखकर डरकर जंगल की ओर दौड़े।
१२. हमारे पति नाव/जहाज से समुद्र पार करके द्वीप पर पहुँचे।
१३. हमारे राजा शक्तिमान और विजेता होते हैं।
१४. आपके नाती और मेरे भाई मित्र थे/हुए।
१५. तुम्हारे द्वारा लाए गए चीवरों को मेरी माँ ने भिक्षुओं को दिया।
१६. बगीचे में बैठे हुए मैंने तुझे/तुझको नातियों के साथ खेलते हुए देखा।
१७. धान मापता हुआ मैं तुझसे बात करने में समर्थ नहीं।
१८. मैं तुझ पर गुस्सा नहीं करता हूँ, तू मुझ पर गुस्सा करता है।

१९. मेरे धनवान बान्धव/रिश्तेदार बुद्धिमान तथा शिक्षित हैं।
२०. दीपक की छाया में मैं तुम्हारी छाया देख सकता हूं।
२१. हमारे राजाओं ने विजेता होकर महलों पर झंडे फहराये/उठाये।
२२. भाइयों के पुत्रों ने मेरे घर रहते हुए शिल्प (कला) सीखा।
२३. तेरी बेटी भिक्षु के उपदेशों को मानकर (उपदेश में स्थित होकर) अपने पति की दयालु मित्र हुई।
२४. कुशल करते हुए नेता स्वर्ग जाने वाले होंगे।
२५. अगर चोर घर मे प्रवेश करता है तो, माथा फोड़कर उसे मार ही देना चाहिए।
२६. हमारे शत्रुओं के हाथों और पैरों में दाद है।
२७. शीलवान बुद्धिमानों के साथ संसार में मनुष्यों के हित सुख के लिए नाना कर्म करते हैं।
२८. अगर शिशुओं को सिखानेवाला कारुणिक होता है, वे श्रुतवान शिशु गुणवान होंगे।
२९. हम लोग दूध से दही और दही से घी प्राप्त करते हैं।
३०. हम लोग घी और मधु मिलाकर भोजन तैयार करके खाएँगे।

पालि में अनुवाद

१. अम्हाकं पुत्ता च नत्तारो च दीघजीविनो सुखिनो होन्तु।
२. अम्हेहि च तुम्हेहि च तरवो न छिन्दितब्बा होन्ति।
३. तुम्हाकं भूपति मन्तीहि सद्धिं दीपं गन्त्वा अरयो/सत्तवो पराजेसि।
४. अहं तया भूमियं विप्पकिण्णानि बीजानि संहरिं।
५. अम्हाकं विञ्ञू यसवा आचरियो अम्हे धम्मं वाचेसि।
६. तुण्डेन फलं ओचिनन्तो पक्खी तया दिट्ठो।
७. मम नत्ता वेज्जो भवितुं इच्छति।
८. तुम्हे हिमवति पब्बते गुहासु विहरन्ते इसयो पस्सित्थ।
९. अम्हाकं पुत्ता च धीतरो च धनवन्ता च गुणवन्ता च भवन्तु।
१०. मम नत्ता तव सावको भविस्सति।
११. त्वं धनवा च यसवा च होहि/भवाहि!
१२. मधुकरो उदके जाते पदुमे तिट्ठति/ठितो होति।
१३. सद्धावा उपासको कुलवतिया युवतिया पुप्फं अदासि/अददि।

१४. यसवन्तिया तरुणिया हत्थे वण्णवा मणि अत्थि।
१५. भानुमा रवि/सुरियो लोकं ओभासेति।

अभ्यास - ३२

हिन्दी में अनुवाद

१. जिस मां का वह पुत्र है वह भाग्यशालिनी है।
२. जो उस द्वीप पर शासन करता है, वह राजा धार्मिक है।
३. किसको आज नवीन जीवन मार्ग नहीं खोजना चाहिए?
४. अगर तुम असत्पुरुष लोग संसार को दूषित करते हो, (तो) तुम लोग बेटे बेटियों के साथ कहाँ रहोगे?
५. जब भिक्षु एकत्र होकर सभा भवन में चटाइयों पर बैठे तब बुद्ध ने प्रवेश किया।
६. जिस प्रदेश में बुद्ध विहार करते हैं मैं वहाँ जाना चाहता हूँ।
७. जिस गुफा में शेर रहते हैं वहां दूसरे जानवर नहीं जाते हैं।
८. जो धनवान है, उसे शीलवान होना चाहिए।
९. अगर तुम लोग मुझसे प्रश्न पूछोगे, मैं उत्तर देने की कोशिश करूँगा।
१०. जहाँ शीलवान भिक्षु रहते हैं, वहाँ लोग सत्पुरुष होते हैं।
११. कब तुम पत्नी के साथ माँ को देखने जाओगे?
१२. जिनके द्वारा वृक्ष काटे गये उन स्त्रियों को पूछने के लिए किसान आया है।
१३. कैसे तुम लोग समुद्र को पार करने की आशा करते हो?
१४. कहाँ से उन स्त्रियों ने मणियों को लाया?
१५. जिन पेटियों में मैंने स्वर्ण रखा था, उनको चोरों ने चुरा लिया।
१६. जो आज नगर जायगा वह पेड़ों पर पताकाओं को देखेगा।
१७. जिस भिक्षु को आज मैंने यवागु दिया, वह तेरा पुत्र है।
१८. कहाँ से मैं धर्म का ज्ञाता प्रज्ञावान भिक्षु पाऊंगा?
१९. चूंकि वह (पुरुष) भिक्षुओं मे प्रव्रजित हुआ इसलिए वह (स्त्री) भी प्रव्रजित होना चाहती है।
२०. जिसे मैं जानता हूं उसे तुमलोग भी जानते हो।

२१. जिन स्त्रियों का धन वह चाहता है, उनसे उसे प्राप्त करने में समर्थ नहीं होता है।
२२. चूंकि हमारे राजा ने शत्रु को पराजित किया, इसलिए हम लोगों ने पेड़ों पर पताके बाँधे।
२३. कब हमारी कामनाएं पूर्ण होंगी?
२४. वे सब (सभी) सत्पुरुष लोग उनके प्रश्नों का उत्तर देने की कोशिश करते हुए सभा में बैठे हैं।
२५. अगर तू दरवाजा बंद करता/करती है तो मैं प्रवेश नहीं कर सकता हूँ।
२६. हमारे द्वारा किए गए कर्म छाया की तरह हमारे पीछे चलते हैं।
२७. बच्चे माता की रक्षा करते हैं।
२८. मैं पति/स्वामी के साथ घर में रहती हुई प्रमुदित/खुश आनन्दित होती हूँ।
२९. तुम्हारे पुत्र और पुत्रियां समुद्र पार करके सामान बेचकर धन प्राप्त करने की इच्छा करती हैं।
३०. तुम शराब पीते हो, इसलिए वह तुम पर गुस्सा करती है।

पालि में अनुवाद

१. यो सीलवा होति सो अरिं पराजेस्सति।
२. या कञ्ञा सभायं कथेसि, सा मम ञाति न होति।
३. यदा माता गेहं आगमिस्सति तदा धीता मणयो दस्सति।
४. यस्स अहं ओदनं अदासिं सो सुनखो मम भातुनो होति।
५. कस्मा तुम्हे समणे वन्दितुं अज्ज गेहं न आगमित्थ।
६. यानि चीवरानि तुम्हे भिक्खूनं ददित्थ, कुतो तुम्हे तानि लभित्थ?
७. यं सुवण्ण अहं तुम्हं अदासिं तं त्वं कस्स अदासि ?
८. यं त्वं इच्छसि तं भुञ्ज।
९. याव त्वं नदिया नहायसि ताव अहं पासाणम्हि निसीदिस्सामि।
१०. यत्थ विञ्ञातारो विहरन्ति तत्थ वसितुं अहं इच्छामि।

विपश्यना साहित्य

हिंदी

• निर्मल धारा धर्म की - (पांच दिवसीय प्रवचन)	रु. ५५/-
• प्रवचन सारांश (शिविर-प्रवचन)	रु. ३५/-
• जागे पावन प्रेरणा	रु. ५२/-
• जागे अंतर्बोध	रु. ५०/-
• धर्मः आदर्श जीवन का आधार	रु. ४०/-
• तिपिटक में सम्यक संबुद्ध, भाग-२	रु. १३०/
• धारण करे तो धर्म	रु. ७०/-
• क्या बुद्ध दुक्खवादी थे?	रु. ३५/-
• मंगल जगे गृही जीवन में	रु. ३५/-
• धम्मवाणी संग्रह (पालि गाथाएं एवं हिंदी अनु.)	रु. ४०/-
• विपश्यना पगोडा स्मारिका	रु. १००/-
• सुत्तसार भाग १ (दीघ एवं मज्झिम निकाय)	रु. ५५/-
• सुत्तसार भाग २ (संयुत्तनिकाय)	रु. ५०/-
• सुत्तसार भाग ३ (अंगुत्तर एवं खुद्दकनिकाय)	रु. ४५/-
• धन्य बाबा!	रु. ३५/-
• कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का (व्यक्तित्व और कृतित्व)	रु. ३५/-
• पातंजल योगसूत्र	रु. ५०/-
• आहुनेय्य, पाहुनेय्य, अंजलिकरणीय - डॉ. ओम प्रकाश जी	रु. ३०/-
• राजधर्म [कुछ ऐतिहासिक प्रसंग]	रु. २६/-
• आत्म-कथन भाग-१	रु. ३५/-
• लोक गुरु बुद्ध	रु. ०६/-
• देश की बाह्य सुरक्षा	रु. ०५/-
• गणराज्य की सुरक्षा कैसे हो!	रु. ०६/-
• शाक्यों और कालियों के गणतंत्र का विनाश क्यों हुआ?	रु. ०८/-
• अंगुत्तर निकाय, भाग-१	रु. १००/-
• केंद्रीय कारागृह जयपुर, विपश्यना का प्रथम जेल शिविर	रु. ३०/-
• विपश्यना : लोकमत भाग-१	रु. ४०/-
• विपश्यना : लोकमत भाग-२	रु. ४५/-
• अग्रपाल राजवैद्य जीवक	रु. २०/-
• मंगल हुआ प्रभात (हिंदी दोहे)	रु. ५५/-
• पथ-प्रदर्शिका	रु. १/-
• विपश्यना क्यों?	रु. १/-
• सम्राट अशोक के अभिलेख	रु. ५०/-
• आचार्य श्री सत्यनारायणजी गोयन्का का संक्षिप्त जीवन-परिचय	रु. २०/-
• अहिंसा किसे कहें?	रु. १२/-
• लकुण्डक भद्दिय	रु. १०/-
• गौतम बुद्धः जीवन-परिचय और शिक्षा	रु. २०/-
• भगवान बुद्ध की साम्प्रदायिकता-विहीन शिक्षा	रु. १०/-
• बुद्ध-जीवन-चित्रावली	रु. ३३०/-
• भगवान बुद्ध के अग्रश्रावक महामोग्गल्लान	रु. ३५/-
• क्या बुद्ध नास्तिक थे?	रु. ६५/-
• तिपिटक में सम्यक संबुद्ध, (६ भागों में) भाग-१ रु. ४५/-, भाग-२ रु. ५०/-, भाग-३ रु. ५५/-, भाग-४ रु. ४५/-, भाग-५ रु. ४५/-, भाग-६ रु. ५५/-	
• १२ हिंदी पुस्तिकाओं का सेट	रु. १२/-
• बुद्धजीवन-चित्रावली (११६ चित्रों का संग्रह) सजिल्द	रु. ५७५/-
• भगवान बुद्ध के महाश्रावक महाकस्सप (धुतांगधारियों में 'अग्र')	रु. ३५/-
• महामानव बुद्ध की महान विद्या विपश्यना का उद्गम और विकास	रु. १२५/-
• भगवान बुद्ध के अग्रउपासक अनाथपिण्डिक	रु. ४०/-
• भगवान बुद्ध की अग्रश्राविका किसागोतमी	रु. २०/-
• चित्त गृहपति एवं हत्थक आळवक	रु. ३०/-
• धम्म-वंदना (पालि गाथाएं, हिंदी अनुवाद)	रु. ४५/-
• धम्मपद (संशोधित हिंदी अनुवाद सहित)	रु. ३०/-

• महासतिपट्ठानसुत्त (समीक्षा एवं भापानुवाद)	रु. ५५/-
• महासतिपट्ठानसुत्त (भापानुवाद)	रु. २०/-
• बुद्धगुणगाथावली (पालि)	रु. ३०/-
• बुद्धसहस्सनामावली (पालि)	रु. १५/-
• जागो लोगां जगत रा (राजस्थानी दूहा)	रु. ४५/-
• परिभापा धरम री (राजस्थानी)	रु. १०/-
• ५ राजस्थानी पुस्तिकाओं का सेट	रु. ५/-
• विश्व विपश्यना स्तूप का संदेश (हिंदी, मराठी, अंग्रेजी)	रु. १०/-

मराठी

• जगण्याची कला	रु. ५०/-
• जागे पावन प्रेरणा	रु. ४५/-
• प्रवचन सारांश	रु. २५/-
• धर्मः आदर्श जीवनाचा आधार	रु. ४०/-
• जागे अंतर्बोध	रु. ४०/-
• निर्मळ धारा धर्माची	रु. ३५/-
• महासतिपट्ठानसुत्त (भापानुवाद)	रु. ३०/-
• महासतिपट्ठानसुत्त (समीक्षा)	रु. ४०/-
• मंगलमय गृहस्थ-जीवन	रु. ३५/-
• भगवान बुद्धाची सांप्रदायिकता-विहीन शिकवणुक	रु. १०/-
• बुद्धजीवन-चित्रावली	रु. ३३०/-
• आत्म-कथन भाग-१	रु. ५०/-
• अग्रपाल राजवैद्य जीवक	रु. २०/-

गुजराती

• प्रवचन सारांश	रु. ३०/-
• धर्मः आदर्श जीवननो आधार	रु. ४५/-
• महासतिपट्ठानसुत्त	रु. २०/-
• जागे अंतर्बोध	रु. ७५/-
• धारण करे तो धर्म	रु. ७०/-
• जागे पावन प्रेरणा	रु. ५२/-
• क्या बुद्ध दुःखवादी थे?	रु. ३०/-
• विपश्यना शा माटे? (पुस्तिका)	रु. ०१/-
• मंगल जगे गृही जीवन में	रु. ३५/-
• निर्मल धारा धर्म की	रु. ६५/-
• बुद्धजीवन-चित्रावली	रु. ३३०/-
• लोक गुरु बुद्ध	रु. ०६/-
• भगवान बुद्ध की साम्प्रदायिकता-विहीन शिक्षा	रु. १०/-

तमिळ

• द आर्ट ऑफ लिविंग	रु. ६०/-
• डिस्कोर्स समरीज	रु. ३०/-
• ग्रेसियस फ्लो ऑफ धम्म	रु. २५/-

तेलगु

• मंगल जगे गृही जीवन में	रु. ३०/-

बंगाली

• प्रवचन सारांश	रु. ३५/-
• धर्मः आदर्श जीवन का आधार	रु. ३०/-

मलयालम

• प्रवचन सारांश	रु. ४५/-
• निर्मल धारा धर्म की	रु. ४५/-

उर्दू

• जीने का हुनर	रु. ७५/-

पालि तिपिटक सेटः

अङ्गुत्तरनिकाय (अजिल्द) (१२ ग्रंथ)	रु. १५००/-
खुद्दकनिकाय - सेट १ (९ ग्रंथ)	रु. ५४००/-
दीघनिकाय अभिनवटीका (गेमन) (भाग १ और २)	रु. १०००/-

English Publications

• Sayagyi U Ba Khin Journal	Rs. 160/-
• Essence of Tipitaka by U Ko Lay	Rs. 100/-
• The Art of Living by Bill Hart	Rs. 80/-
• The Discourse Summaries	Rs. 45/-
• Healing the Healer by Dr. Paul Fleischman	Rs. 30/-
• Come People of the World	Rs. 25/-
• Gotama the Buddha: His Life and His Teaching	Rs. 40/-
• The Gracious Flow of Dharma	Rs. 40/-
• Discourses on Satipaṭṭhāna Sutta	Rs. 80/-
• Vipassana : Its Relevance to the Present World	Rs. 110/-
• Dharma: Its True Nature	Rs. 70/-
• Vipassana : Addictions & Health (Seminar 1989)	Rs. 70/-
• The Importance of Vedanā and Sampajañña	Rs. 110/-
• Pagoda Seminar, Oct. 1997	Rs. 80/
• Pagoda Souvenir, Oct. 1997	Rs. 50/-
• A Re-appraisal of Patanjali's Yoga- Sutra by S. N. Tandon	Rs. 80/-
• The Manuals Of Dhamma by Ven. Ledi Sayadaw	Rs. 160/-
• Was the Buddha a Pessimist?	Rs. 65/-
• Psychological Effects of Vipassana on Tihar Jail Inmates	Rs. 60/-
• Effect of Vipassana Meditation on Quality of Life (Tihar Jail)	Rs. 60/-
• For the Benefit of Many	Rs. 120/-
• Manual of Vipassana Meditation	Rs. 80/-
• Realising Change	Rs. 100/-
• The Clock of Vipassana Has Struck	Rs. 100/-
• Meditation Now : Inner Peace through Inner Wisdom	Rs. 65/-
• S. N. Goenka at the United Nations	Rs. 20/-
• Defence Against External Invasion	Rs. 5/-
• How to Defend the Republic?	Rs. 6/-
• Why Was the Sakyan Republic Destroyed?	Rs. 8/-
• Mahāsatipaṭṭhāna Sutta	Rs. 60/-
• Pali Primer	Rs. 75/-
• Key to Pali Primer	Rs. 45/-
• Guidelines for the Practice of Vipassana	Rs. 2/-
• Vipassana In Government	Rs. 1/-
• The Caravan of Dhamma	Rs. 90/-
• Peace Within Oneself	Rs. 10/-
• The Global Pagoda Souvenir 29 Oct.2006 (English & Hindi)	Rs. 60/-
• The Gem Set In Gold	Rs. 75/-
• The Buddha's Non-Sectarian Teaching	Rs. 15/-
• Acharya S. N. Goenka An Introduction	Rs. 25/-
• Value Inculcation through Self-Observation	Rs. 35/-
• Glimpses of the Buddha's Life	Rs. 330/-
• Pilgrimage to the Sacred Land of Dhamma (Hard Bound)	Rs. 750/-
• An Ancient Path	Rs. 100/-
• Vipassana Meditation and the Scientific World View	Rs. 15/-
• Buddhaguṇagāthāvalī (in three scripts)	Rs. 30/-
• Buddhasahassanāmāvalī (in seven scripts)	Rs. 15/-
• English Pamphlets, Set of 9	Rs. 9/-
• Set of 10 Post Card	Rs. 35/-
• Gotama the Buddha: His Life and His Teaching (French)	Rs. 30/-
• Meditation Now: Inner Peace through Inner Wisdom (French)	Rs. 80/-
• For the Benefit of Many (Spanish)	Rs. 125/-
• The Art of Living (Spanish)	Rs. 130/-
• Path of Joy (German, Italian, Spanish, French)	Rs. 300/-

संपर्कः विपश्यना विशोधन विन्यास, धम्मगिरि, इगतपुरी-४२२४०३, जि. नाशिक, महाराष्ट्र.
फोनः ०२५५३-२४४०७६, २४४०८६, २४३७१२, २४३२३८. फैक्सः ०२५५३-२४४१७६. (दक्षिण भारतीय भाषाओं में अनुवादित विपश्यना साहित्य, स्थानीय केंद्रों पर उपलब्ध है)
Email: vri_admin@dhamma.net.in; Website: www.vridhamma.org

विपश्यना साधना केंद्र

विश्वभर में विपश्यना के निम्नलिखित केंद्र हैं। इन केंद्रों पर प्रायः हर माह दस दिवसीय आवासीय शिविर आयोजित होते हैं। इच्छुक व्यक्ति किसी भी केंद्र से भावी शिविर-कार्यक्रमों की जानकारी प्राप्त करके, अपनी सुविधानुसार सम्मिलित हो सकते हैं: –

प्रमुख केंद्र = धम्मगिरि, धम्मतपोवन : विपश्यना विश्व विद्यापीठ, इगतपुरी-४२२४०३, नाशिक. फोन: [९१] (०२५५३) २४४०७६, २४४०८६, २४३७१२, २४३२३८; फैक्स: ०२५५३-२४४१७६. Website: www.vri.dhamma.org, Email: <info@giri.dhamma.org> (केवल कार्यालय के समय अर्थात सुबह १० बजे से सायं ५ बजे तक).

धम्मनासिकाः संपर्कः १) नाशिक विपश्यना केंद्र, म.न.पा. जलशुद्धिकरण केंद्र के सामने, शिवाजीनगर, सातपुर, (पोस्ट-YCMOU), नाशिक-४२२२२२. संपर्कः फोन: (०२५३) ६५१६-२४२, ३२०३-६७७, मोबाइल: ९८२२५-१३२४४, Email: info@nasika.dhamma.org

धम्मसरिताः विपश्यना केंद्र, जीवन संध्या मंगल संस्थान, मातोश्री वृद्धाश्रम, सीरगांव, पोस्ट पडघा, ता. भिवंडी, जि. ठाणे-४२११०१ (खडावली मध्य रेल्वे स्टेशन के पास). फोन: (०२५२२) ६९५३०१, संपर्कः १) श्री विश्वास कांबले मोबाइल: ९२२२०००४८१. २) श्री खांबकर मोबा. ९८२०३४६३७६.

धम्मवनोदः मनमाड विपश्यना केंद्र, अनकाई किला स्टेशन के पास, पो. अनकाई, ता. येवला, जि. नाशिक-४२२ ४०३ संपर्कः (०२५९१) २२५१४१-२३१४१४.

धम्मवाहिनीः मुंबई परिसर विपश्यना केंद्र, गांव रुंदे, टिटवाला (पूर्व) कल्याण, जि. ठाणे. संपर्कः संपर्कः मोबाईलः ९७७३०-६९९७८. केवल कार्यालय के दिन– १२ से सायं ६ तक.

धम्मसाकेतः विपश्यना केंद्र, नालंदा स्कूल के पास, कानसई रोड, सुभाष टेकड़ी, उल्हासनगर-४२१००४, जि. ठाणे, महाराष्ट्र

धम्मविपुलः विपश्यना साधना केंद्र, सयाजी ऊ था खिन मेमोरियल ट्रस्ट, प्लॉट नं. ९१ए; सेक्टर २६, पारासिक हिल, सीबीडी बेलापुर, नवी मुंबई ४०० ६१४. फोन: (०२२) २७५२-२२७७. Email: dhammavipula@gmail.com

धम्मपत्तनः एस्सेल वर्ल्ड के पास, गोराई खाड़ी, बोरीवली (पश्चिम) मुंबई – ४०० ०९१ व्यवस्थापक, फोनः (९१) (०२२) २८४५-१२०६, २८४५-१२०४, २८४५-२२६१ (सुबह ११ से सायं ५ बजे तक); टेलि-फैक्सः (०२२) २८४५-२१११ Email: info@pattana.dhamma.org; Website: www.pattana.dhamma.org

धम्मसरोवरः खान्देश विपश्यना केंद्र, गेट नं. १६६, डेडरगांव जलशुद्धिकरण केंद्र के पास, मु.पो. तिखी-४२४ ००२, जिला-धुळे, (०२५६२) २०३४८२, ६९९५७३. मोबा. ९२२५४-६१०२१. संपर्कः फोनः २२२८६१, मोबा. ९९२२६-०७७१८, ९४०३४-२४३३३, ९४२२७-७७९०२. Email: info@sarovara.dhamma.org

धम्मानन्दः पुणे विपश्यना केंद्र, मरकल गांव के पास, आलंदी से ८ कि.मी. मोबा. कार्यालय ९२७१३-३५६६८. व्यवस्थापक मोबा. ९४२०४-८२८०५. संपर्कः पुणे विपश्यना समिति, नेहरू स्टेडियम के सामने, आनंद मंगल कार्यालय के पास, दादावाडी, पुणे-४११००२. फोनः (०२०) २४४६८९०३, २४४३६२५०; टेलि/फैक्सः २४४६४२४३. Email: info@ananda.dhamma.org

धम्मपुण्णः संपर्कः पुणे विपश्यना समिति, दादावाडी, नेहरू स्टेडियम के सामने, आनंद मंगल कार्यालय के पास, पुणे-४११००२. फोनः (०२०) २४४३६२५०. २४४६८९०३. फैक्सः २४४६४२४३; Website:www.pune.dhamma.org; Email: info@punna.dhamma.org

धम्मालयः दक्षिण विपश्यना अनुसंधान केंद्र, रामलिंग रोड, आलते पार्क, आलते, ता. हातकणंगले, जि. कोल्हापुर, पिनः ४१६१२३. फोनः ०२३०-२४८७३८३, २४८७१६७, २६०००४४. फैक्सः २४८७१६७; Email: info@alaya.dhamma.org.

धम्मअनाकुलः विपश्यना साधना केंद्र, खापरखेड़ फाटा, तेल्हारा-४४४१०८ जि. अकोला. संपर्कः १) विपश्यना चैरिटेबल ट्रस्ट, शेगांव, अपना बाजार, मेन रोड, शेगांव, जि. बुलडाना. फोनः ९४२२१-८१९९६, ९८८१२-०४१२५. २) श्री महेंद्र सिंह आनंद, मोबाइलः ९४२२१-८१९७०. Email: info@anakula.dhamma.org

धम्मअजयः सया ते जी चैरिटेबल ट्रस्ट, चंद्रपुर (महाराष्ट्र) संपर्कः १) श्री घरडे, सुगत नगर, फोनः (०७१७२) २६२४७७. मोबाइलः ९३०७३१२६७३, ८००७१५१०५०, २) श्री प्रीतिकमल पाटील, मोबाइलः ९४२१७-२१००६, ९८२२५-७०४३५,

धम्मनाडाः संपर्कः श्री. शेलके, सिद्धार्थ सोसायटी, यवतमाळ, ४४५००१, फोनः ९४२२८-६५६६१.

धम्मभूमिनः विपश्यना साधना समिति, शांतिनगर, ओमकार कॉलोनी, कोटेचा हायस्कूल के पास, जि. जलगांव, भुसावल ४२५२०१, Email: info@bhusana.dhamma.org, संपर्कः मोबा. ९८२२९-१४०५६.

धम्मअजन्ताः अजंता अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना समिति, एम. जी. एम. मेडिकल कालेज कैम्पस, एन-६, सिडको, औरंगाबाद-४३१००३. फोनः (०२४०) २३५००९२, २४८०१९४. Email: vipassana@emgm.org संपर्कः १) श्री रायबोले, फोनः (०२४०) २३४१८३६. २) श्री पटेल, फोनः (०२४०) २३३३१३६. मोबाईलः ९४२२२-११३४४.

धम्मनागः नागपुर विपश्यना केंद्र– माहुरझरी गांव, नागपुर-कलमेश्वर रोड के पास, नागपुर; संपर्कः फोनः ०७१२-२४५८६८६, २४२०२६१, मोबा. ९४२३४-०५६००; फैक्सः २५३९७१६. Email: info@naga.dhamma.org

धम्मसुगतिः संपर्कः एकायनो मग्गो धम्म प्रशिक्षण संस्था, सुगतनगर, नागपुर-१४. फोनः (०७१२) २६३०११५, फैक्सः २६५०८६७. संपर्कः मोबा. ९४२२१-२९२२९, ९२२६९-९६०८७.

धम्मवसुधाः विपश्यना केंद्र, डिवरा पोस्ट झडशी, ता. सेलु, जि. वर्धा संपर्कः १) श्री एवं सौ बांते, मोबा. ९३२६७३२५५०, ९३२६७३२५४७. २) श्री काटवे, मोबा. ९७३००६९७२६, Email: dhammavasudha@yahoo.com.in

धम्म छायाः फलटन, सातारा, महाराष्ट्र

धम्म आवासः लातूर, महाराष्ट्र

धम्मथलीः विपश्यना केंद्र, पी.डब्ल्यू. २०८, जयपुर-३०२००१, राजस्थान, फोनः [९१] ०१४१-२६८०२२०, मोबा. ०-९६१०४-०१४०१, ०९६०२८-४८८९६. फैक्सः २५७६२८३. Email: info@thali.dhamma.org

धम्मकरणः विपश्यना साधना केंद्र, लहरिया रिसोर्ट के पीछे, चौपासनी, जोधपुर-३४२००९. मोबा. ९३५२५-९२२७९ संपर्कः श्री नेमीचंद भंडारी, २६० 'मयूर', चौथी बी-रोड, सरदारपुरा, जोधपुर-३४२००३. फोनः (०२९१) २४३२०४८, २६३७३३०. मो.: ०९३१४७-२७२१५, ७७३७६५२६६०. Email: info@mayurexports.com

धम्मअजमेरः विपश्यना केंद्र, वीर तेजाजी नगर, दौराई, अजमेर-३०५००३; फोनः (०१४५) २४४३६०४. संपर्कः श्री हेमंत सोनी, मोबाइल- ०९३१४८-३१५८२, ९४१३२-२८३४०.

धम्मपुष्करः विपश्यना केन्द्र, ग्राम रेवत (केडेल), पुष्कर पर्वतसर रोड, पुष्कर, जि अजमेर. मोबा. +९१-९४१३३-०७५७०. फोनः +९१-१४५-२७८०५७०. संपर्कः १) श्री रवि तोपणीवाल, मोबा. ०९८२९०-७१७७८, Email: info@toshcon.com २) श्री अनिल धारीवाल, मोबा. ०९८२९०-२८२७५. फैक्सः ०१४५-२७८७१३१.

धम्मसोतः विपश्यना साधना संस्थान, राहका गांव, वल्लभगढ़-सोहना रोड, (सोहना से १२ किमी.), जिला- गुडगांव, सोहना, हरियाणा. फोनः (०१२४) २०१३७३१, मोबा. ९९९१२-५२९८०. संपर्कः विपश्यना साधना संस्थान, हेमकुंट टावर्स, १० वां तथा १६ वां तल, ९८ नेहरू प्लेस, नई दिल्ली-११००१९. फोनः ०११-२६४५५०७१, २६४८-५०७२, २६४५-२७७२, फैक्सः २६४७०६५८. Email: info@sota.dhamma.org; Website: www.dhammasota.org

धम्मपद्मान : विपश्यना साधना केंद्र, कम्मासपुर, जि. सोनीपत, हरियाणा, पिन-१३१००१. संपर्कः ऊपर धम्मसोत के संपर्क पर.

धम्मकारुणिकः विपश्यना साधना संस्थान, गवर्नमेंट स्कूल के पास, गाँव नेवल, डाक सैनिक स्कूल कुंजपुरा, करनाल-१३२००१; संपर्कः श्री वर्मा, ५, शक्ति कालोनी, एस.वी.आई. के पास, करनाल-१३२००१. टेली-फैक्सः ०१८४-२२५७५४३, २२५७५४४; मोबा. ९९९२०-००६०१. Email: info@karunika.dhamma.org;

धम्मसिखरः हिमाचल विपश्यना केंद्र, धर्मकोट, मैकलोडगंज, धर्मशाला, जिला- कांगरा, पिन-१७६२१९ (हि. प्र.) फोनः ०१८९२-२२१३०९, २२१३६८. मोबा. (सायं ४ से ५) ०९८५७०-१४०५१. Email: info@sikhara.dhamma.org;

धम्मसलिलः देहरादून विपश्यना केंद्र, जनतनवाला गांव, देहरादून कैन्ट तथा संतला देवी मंदिर के पास, देहरादून-२४८००१. फोनः ०१३५-२१०४५५५, २७१५१८९. संपर्कः १) श्री भंडारी, १६ टैगोर विला, चक्राता रोड, देहरादून-२४८००१. फोनः (०१३५) २७१५१८९, फैक्सः २७१५५८०. २) श्री गुप्ता, फोनः २६५३३६६. Email: info@salila.dhamma.org;

धम्मसुवत्थीः जेतवन विपश्यना साधना केंद्रः कटरा बाईपास रोड, बुद्धा इंटर कालेज के सामने, श्रावस्ती, पिन-२७१८४५; फोनः (०५२५२) २६५४३९, ०९३३५८३३३७५ Email: info@suvatthi.dhamma.org संपर्कः श्री मुरली मनोहर, मातन हेलीया. मोबाईलः ०९४१५०-३६८९६, ०९४१५७-५१०५३.

धम्मलक्खनः लखनऊ विपश्यना केंद्र, अस्ती रोड, बक्शी का तालाब, लखनऊ-२२७२०२. फोनः (०५२२) २९६८५२५. मोबा. ०९७९४५४५३३४. Email: info@lakkhana.dhamma.org संपर्कः मोबा. ०९३३५९-०६३४१.

धम्मधजः पंजाब विपश्यना केंद्र, आनंदगढ़, पो. मेहलांवली-१४६११०, जिला- होशियारपुर. फोनः ०१८८२-२७२३३३, मोबाइलः ९४६५१-४३४८८. Email: info@dhaja.dhamma.org

धम्मचक्कः विपश्यना साधना केंद्र, खरगीपुर गांव, पो. पियरी, चौबेपुर, (सारनाथ), वाराणसी. फोनः (०५४२) ३२०८१६८. Email: info@cakka.dhamma.org संपर्कः १) श्री गुप्ता, फोनः ०५४२-३२४६०८९. मोबा. ९३३६९-१४८४३, (प्रातः १० से सायं ६.) २) श्री प्रेम शंकर श्रीवास्तव, मोबाईलः ९२३५४-४१९८३.

धम्मसिन्धुः कच्छ विपश्यना केंद्र, ग्राम- वाड़ा, मांडवी, जिला- कच्छ-३७०४७५. फोनः (कार्या.) (०२८३४) २७३३०३, फैक्सः २२४४८८, २८८९११; संपर्कः श्री शाह, प्रो. के. टी. शाह रोड, मांडवी-कच्छ-३७०४६५. फोनः (०२८३४) २२३०७६, २२३४०६, Email: info@sindhu.dhamma.org

धम्मकोट : सौराष्ट्र विपश्यना केंद्र, कोठारिया रोड, लोथडा गांव, राजकोट, गुजरात. फोनः ०२८१-२७८२०४०, मोबाईलः ९३२७९-२३५४० (राजकोट से १५ कि.मी.) संपर्कः फोनः ०२८१- २२२०८६१६, मोबाईलः ९४२७२-२१५९१, फैक्सः २२२१३८४. Email: info@kota.dhamma.org

धम्मदिवाकरः उत्तर गुजरात विपश्यना केंद्र, मीढ़ा गाव, ता. और जिला- मेहसाणा, गुजरात; फोनः (०२७६२) २७२८००. Email: info@divakara.dhamma.org संपर्कः श्री उपेंद्र पटेल, ११, विमल सुपर मार्केट, (अपना बजार) बी. के रोड मेहसाना-३८४००२, फोनः (०२७६२) २५४६३४, २५३३१५. मोबा. ०९४२९२३३०००,

धम्मसुरिन्दः सुरेंद्रनगर, गुजरात संपर्कः१) महासतीजी, फोनः (०२७५२) २४२०३०. २) डॉ. बक्षिशी, फोनः २३२५६४.

धम्मभवनः संपर्कः १) 'धम्मभवन', ५ कालिंदी पार्क, अकोटा अतिथिगृह के पीछे, अकोटा, बड़ोदा-३९००२०; फोनः (०२६५) २३४११८१. २) विट्ठलभाई पटेल, फोनः (०२६९२) मोबा. ९८२५०-२८०५७. Email: vvsou@hotmail.com

धम्मपीटः गुर्जर विपश्यना केंद्र, ग्राम- रनोडा, ता. धोलका, जिला- अहमदाबाद- ३८७८१०, फोनः ०२७१४-२९४६९०, मोबा. ९४२६४-१९३९७. संपर्कः १) श्री चौधरी, 'रलम्', पुलिस कमिश्नर कार्यालय के सामने, अहमदाबाद-३८०००४. फोनः (०७९) नि. २५६२४६३१, २) श्री प्रियदर्शी फोनः २३२११५४४. Email: info@pitha.dhamma.org

धम्मखेत्तः विपश्यना अन्तर्राष्ट्रीय साधना केंद्र, (१२.६ किमी.) माइल स्टोन नागार्जुन सागर रोड, कुसुम नगर, बनस्थलीपुरम हैदराबाद-५०००७०, (आंध्र प्रदेश) फोनः (०४०) २४२४०२९०, ३२४६०७६२, ०९४९१५९४२४७, फैक्सः २४२४१७४६. Email: info@khetta.dhamma.org

धम्मसेतुः विपश्यना साधना केंद्र, ५३३, पझान- थंडलम रोड, थीरुनीरमलाई रोड, द्वारा, थीरुमुडीवक्कम, चेन्नई-६०००४४. फोनः ०४४-२४७८०९५३, २४७८०९५२, मोबाइलः ९४४४०-२१६२२, संपर्कः फोनः ०४४-४३४०-७०००, ४३४०-७००१, ०४४-२४७८०९५३, २४७८०९५२, मोबाइलः ९४४४०-२१६२२, फैक्सः ९१-४४-४२०१-११७७. मोबा. ०९८४०७-५५५५५. Email: setu.dhamma@gmail.com;

धम्मपफुल्लः विपश्यना साधना केंद्र, अलूर-५६२१२३. (अलूर पंचायत कार्यालय के पास) तुमकूर हाईवे के सामने, दासनपुरा हुदली, बैंगलोर उत्तर तालुका, (कर्नाटक). फोनः (०८०) २३७१-२३७७, २३७१७१०६. Email: info@paphulla.dhamma.org बुकिंग संपर्कः मोबा. (+९१) ०९३४२०-२३९४७, ९३४१३-१५८००, ०९९८००-४४६६६, (०८०) २३७१-२३७७, २३७१७१०६.

धम्मनागार्जुन : विपश्यना साधना केंद्र, हिल कॉलोनी, नागार्जुन सागर, जि. नालगोंडा, आंध्र प्रदेश, (हैदराबाद से १४०.४ किमी. बुद्धपार्क के पास, हिल कॉलोनी से हैदराबाद की तरफ ३ किमी. दूरी पर) पिन-५०८२०२. फोनः (८६८०) २७७९९९ मोबाः ०९९६३७७५६४५, ९४४०१- ३९३२९. Email: info@nagajjuna.dhamma.org

धम्मनिज्झान : विपश्यना साधना केंद्र, इंदूर, पो. पीपाराम-५०३२१८, पेदपल्ली मंडल, जि. निजामाबाद, फोनः (०८४६७) ३१६६६३, ९९०८५९६३३६. Email: info@nijjhana.dhamma.org

धम्मविजय : विपश्यना साधना केंद्र, विजयवाड़ा, पोस्ट- पेदावेगी मंडलम्, पिन-५३४४७५, जि. पश्चिम गोदावरी, (आंध्र प्रदेश).

[विजयराय गांव एलूरु से १५ किमी, एलूरु चिंतलपुडी रोड पर. विजयराय बस स्टॅन्ड से ३ की. मी. दूरी पर धम्मविजया सेंटर है, बस स्टॅन्ड से ऑटो/टॅक्सी उपलब्ध हैं।] फोन: (०८८१२) २२५५२२; मोबा. ९४४१४-४९०४४

धम्मारामः विपश्यना अंतर्राष्ट्रीय साधना केंद्र, कुमुदावल्ली गांव, भीमावरम-भानुकु रोड, (भीमावराम के पास), मंडल -पाल कोडेरु, जि. पश्चिम गोदावरी, पिन-५३४२१०. फोन: ०८८१६- २३६५६६. Email: info@rama.dhamma.org

धम्म कोण्डञ्ञ : विपश्यना साधना केंद्र, कोंडापुर (व्हाया) संगारेड्डी, जि. मेडक - ५०२३०६. **संपर्कः** मोबा. ९३९२०-९३७९९, ९३९८३-१६१५५.

धम्मकेतनः विपश्यना साधना केंद्र, पो. मम्मरा (व्हाया) कोदुकुल्लाजी, चेन्नान्नूर, जि. अलपुज्झा. केरल-६८९५०८. फोनः (०४७९) २३५-१६१६. Email: info@ketana.dhamma.org **संपर्कः** १) (कार्यालय) केरल विपश्यना समिती, मायथ्री, नेरेचथरा लाइन, पॅरनडोर रोड, एलमकरा पो. ऑ. कोची-६८२ ०२६. केरल फोनः (०४८४) २५३९८९१ २) श्री वी. गर्विदन, मोबा. ९८४६५-६९८९१.

धम्मकानन : धम्मकानन विपश्यना केंद्र, वैनगंगा तट, रेंगाटोला, पो. गर्रा, बालाघाट. फोनः (०७६३२) २९२४६५; **संपर्कः** १) श्री हरीदास मेश्राम, १२६, रतन कुटी, गंगानगर रोड, बुढ़ी, बालाघाट-४८१००१, (म. प्र.) फोनः (०७६३२) २३९१६५, मोबाईलः ०९४२५१४००१५, Email: dineshbgt@hotmail.com २) श्री राहुल खोब्रागडे, मोबा. ०९४२४६-१४७३४. www.dhammakanana.in

धम्मकेतु : विपश्यना केंद्र, पोस्ट बॉक्स १६, धनौंद, व्हाया-अंजीरा, जिला-दुर्ग, छत्तीसगढ़-४९१००१; (म.प्र.) फोनः (०७८८) ३२०५५१३, मोबा. ९५८९८४२७३७. Email: info@ketu.dhamma.org **संपर्कः** १) धम्मकेतु, (उपरोक्त केंद्र के पते पर) २) श्री धीरे, मोबा. ०९४२५२-३४७५७. ३) श्री जोशी, मोबा. ०९०९८९-२०२४६. ४) श्री साहू, मोबा. ९४०७६-९९११६.

धम्मवटः विपश्यना साधना केंद्र, भेडाघाट थाने से एक किलोमीटर, बापट मार्ग, भेडाघाट, जबलपुर. मोबा. ९३००५०६२५३. संपर्कः विपश्यना ट्रस्ट, जबलपुर, द्वारा - मधु मेडिकल स्टोर्स, मेडिसिन काम्प्लेक्स, शास्त्रीब्रिज के पास, मॉडल रोड, बैंक ऑफ बड़ौदा के बाजू में, जबलपुर-०२ फोनः ०७६१-४००६२५२, २६१०२५२. २) श्री महेश, मो.- ९९८१५-९८३५२ ३) श्री मेहरा, मो. ९४२४३-५५२१४.

धम्मलिच्छवी : वैशाली विपश्यना केंद्र, लदीरा ग्राम, लदीरा पाक्री, मुजफ्फरपुर-८४३११३. फोनः ०९९३११६१२९०. **संपर्कः** श्री गोयन्का, जैनीथ आटो सर्विस, अयोरिया बाजार, पो. रामना, मुजफ्फरपुर, पिन-८४२००२. फोनः ०६२१- २२४०-२१५, २२४७७६०. Email: info@licchavi.dhamma.org

धम्मबोधिः बोधगया अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना साधना केंद्र, मगध विश्वविद्यालय के समीप, पो. मगध विश्वविद्यालय, गया-ढोबी रोड, बोधगया-८२४२३४, मोबा. ९४७१६-०३५३१, Email: info@bodhi.dhamma.org **संपर्कः** फोनः (०६३१) २२००४३७, ९९५५९-११५५६.

धम्मपुरीः त्रिपुरा विपश्यना मेडिटेशन सेंटर, पो. मचमरा, जि. उत्तर त्रिपुरा, पिनः ७९९२६५. मोबा. ०९८६२६-४६७६४, Email: Info@Puri.dhamma.org **संपर्कः** श्री देवान मोहन, फोनः ०३८१-२२३०२८८, मोबा. ०९८६२१-५४८८२

धम्मगंगाः विपश्यना केंद्र, सोदपुर, हरिश्चन्द्र दत्ता रोड, पनिहटी, वारो मन्दिर घाट, कोलकाता-७००११४. फोनः (०३३) २५५३२८५५. Email: info@ganga.dhamma.org **संपर्कः** (१) श्री बदानी, फोनः नि.-३२९५१२४७, २४७५७२०८. (२) श्री तोदी, १२३A, मोतीलाल नेहरू रोड, कोलकाता-२९ फोन नि. २४८५४१७८

धम्मबंगः कोलकाता, पश्चिम बंगाल **संपर्कः** धम्मगंगा केंद्र.

धम्मपाळः धम्मपाळ विपश्यना केंद्र, केरवा डैम के पीछे, ग्राम दौलतपुरा, भोपाल-४६२ ०४४, Email: dhammapal@airtelmail.in; **संपर्कः** मनी लेयर, ई-३/८, नुपूर कुंज, अरेरा कॉलोनी, भोपाल-४६२०१६. मोबा. ९८९३२-८९०४९, फोनः (०७५५) २४६८०५३, २४६२३५१, फैक्सः २४६-८१९७. ऑन लाइन आवेदन; http://www.dhamma.org/en/schedules/schpala.shtml

धम्ममालवाः विपश्यना केंद्र, ग्राम - जंबूडी हपसी, गोमटगिरी के आगे, पितृ पर्वत के सामने, हातोद रोड, इंदौर-४५२००३. Email: info@malava.dhamma.org **संपर्कः** १) इंदौर विपश्यना इंटरनेशनल फाउंडेशन, ट्रस्ट ५८२, एम. जी. रोड "लाभगंगा", इंदौर (म.प्र.) फोनः (०७३१) ३९८३३१३, २) जिग्यासा शर्मा, मोबा. ९८९३१-२९८८८. फोनः (कार्या.) (०७३१) ४२७३३१३.

धम्मतः रतलाम (म.प्र.) **संपर्कः** १) डा. एन. एस. वाधवानी, ११७, स्टेशन रोड रतलाम, फोनः (०७४१२) २३०९३३, मोबा. ९४२५३-६४९५६. Email: narayan_wadhwani@yahoo.com

धम्मउपवनः बारादकिया, बिहार **संपर्कः** फोनः निवास (०६२१) २४४ ९७५; ५५२१ ०७७०

धम्मसिक्किमः विपश्यना साधना केंद्र, पो. ऑ. आळो सेन्ती, ग्राम, सेन्ती ईस्ट सिक्किम- ७३७१३५, **संपर्कः** शीलादेवी धौरसिया, मोबा. ०९८३०७-०६४८१, ०९७४८४-६१७८७, ०९४३४३-३९३०३, ०९४३४८-६२२२६. Email: basantigorasia@hotmail.com

धर्मशृंगः नेपाल विपश्यना केंद्र, मुहान पोखरी, बुद्धनीलकंठ, पो. बा. १२८९६, काठमांडू, फोनः ९७७ (०१) ४३७१६५५, ४३७१००७, ४२५०५८१, ४२२५४९०; निवासः ४२२४७२०, ४२२६३१४. Email: info@sringa.dhamma.org; **संपर्कः** डॉ. ज्योति, ज्योति भवन, कांति पथ, पो.बा.नं. १३३, काठमांडू (नेपाल) फोनः २५०५८१, २२५४९०, नि.२२१२९०. फैक्सः २२४७२०, २२६३१४.

धम्मजननीः लुंबिनी विपश्यना केंद्र, लुंबिनी (पीस फ्लेम के पास), रुपनदेही, लुंबिनी अंचल, नेपाल. Email: info@janani.dhamma.org फोनः ९७७ (७१) ५८०२८२. **संपर्कः** श्री पोखरेल, बैरव कलर लैब, बुटवल, खस्याऊली, लुंबिनी जोन, नेपाल. फोनः ९७७ (७१) ५४१५४९.

धम्मविरात : पूर्वांचल विपश्यना केंद्र, फुलवरी टोल, बस पार्क के दक्षिण की ओर इथारी- ७ संसरी, नेपाल; फोनः [९७७] (२५) ५८५५२१; Email: info@birata.dhamma.org; **संपर्कः** १) श्री मुंदडा, देवनारा, गोस्यारा रोड, वार्ड ९, विराटनगर, नेपाल फोनः [९७७] (२१) ५२५४८६, ५२७६७१. Email: debenara@ecomail.com.np फैक्सः ५२६४६६; २) श्री गोयल, फोनः दूकान [९७७](२५)५२३५२८, नि. ५२६८२९.

धम्मतराई : वीरगंज विपश्यना केंद्र, परवानीपुर, पारसा, नेपाल. Email: info@tarai.dhamma.org **संपर्कः** १) कार्यालयः संदीप बिल्डींग, आदर्श नगर, पो. बा. नं. ३२. फोनः ०५१-५२१८८४. फैक्सः ०५१-५८०४६५. मोबा. ९८०४२-४५७६

धम्मचितवन : चितवन विपश्यना केंद्र, मंगलपुर की.डी.सी. वार्ड नं ८, विजयनगर बाजार के समीप, चितवन, नेपाल Email: info@citavana.dhamma.org संपर्कः १) श्री महाराजन, फोनः ९७७(५६) ५२०२९४, ५२८२९४

धम्मकीर्ति : कीर्तिपुर विपश्यना केंद्र, देवधोका, कीर्तिपुर, नेपाल. संपर्कः श्री महर्जन, समाल तोले, वार्ड नं. ६, कीर्तिपुर.

धम्मपोखरा : पोखरा विपश्यना केंद्र, पचभैया लेखनाथ नगरपालिका, पोखरा, कसकी, नेपाल. संपर्कः श्री नारा गुरुंग फोनः [९७७] (०६१) ६९१९७२, मोवा. ९८४६२-३२३८३, ९८४१२-५५६८८. Email: info@pokhara.dhamma.org

Cambodia

Dhamma Laṭṭhikā: Battambang Vipassana Centre, Trungmorn Mountain, National Route 10, District Phnom Sampeau, Battambang, CambodiaContact: Phnom-Penh office: Mrs. Nary POC, No 16, Street 330, Beng Keng Kang, Khan Chamkar Morn, Phnom-Penh, Cambodia. P.O. Box 1014 Phnom-Penh CambodiaTel. [855] (012) 689 732; Email: poc_nary@hotmail.com; Local contacts: Mr. Chhum SREY, Tel: [855] (012) 512131; Mr. Buoy KUON, Tel [855] (016) 72 97 29. Email: mientan2000@yahoo.co.uk and Email: ms_apsara@yahoo.com

Hong Kong

Dhamma Muttā: G.P.O. Box 5185, Hong Kong Tel: 852-2671 7031; Fax: 852-8147 3312Email: info@hk.dhamma.org

Indonesia

Dhamma Jāvā: Jl. H. Achmad No.99; Kampung Bojong, Gunung Geulis, Kecamatan Sukaraja, Cisarua-Bogor, Indonesia. Tel: [62] (0251) 827-1008; Fax: [62] (021) 581-6663; Website: www.java.dhamma.org Course Registration Office Address: IVMF (Indonesia Vipassana Meditation Foundation), Jl. Tanjung Duren Barat I, No. 27 A, Lt. 4, Jakarta Barat, Indonesia Tel : [62] (021) 7066 3290 (7am to 10pm); Fax: [62] (021) 4585 7618 Email: info@java.dhamma.org

Iran

Dhamma Iran: Teheran Dhamma House Tehran Mehrshahr, Eram Bolvar, 219 Road, No. 158 Tel: 98-261-34026 97; website: www.iran.dhamma.org Email: info@iran.dhamma.org

Israel

Dhamma Pamoda: Kibbutz Deganya-B, Jordan Valley, Israel City contact: Israel Vipassana Trust, P.O. Box 75, Ramat-Gan 52100, Israel Website: www.il.dhamma.org/os/Vipassana-centre-eng.asp Email: info@il.dhamma.org

Japan

Dhamma Bhānu: Japan Vipassana Meditation Centre, Iwakamiyoku, Hatta, Mizucho-cho, Funai-gun, Kyoto 622 0324, Tel/Fax: [81] (0771) 86 0765, Email: info@bhanu.dhamma.org

Dhammādicca: 782-1 Kaminogo, Mutsuzawa-machi, Chosei-gun, Chiba, Japan 299 4413. Tel: [81] (475) 403 611. Website: www.adicca.dhamma.org

Malaysia

Dhamma Malaya: Malaysia Vipassana Centre, Centre Address: Gambang Plantation, opp. Univ. M.P. Lebuhraya MEC, Gambang, Pahang, Malaysia Office Address: No., 30B, Jalan SM12, Taman Sri Manja, 46000 Petaling Jaya, Malaysia. Tel: [60] (16) 341 4776 (English Enquiry) Tel: [60] (12) 339 0089 (Mandarin Enquiry) Fax: [60] (3) 7785 1218; Website: www.malaya.dhamma.org Email: info@malaya.dhamma.org

Mongolia

Dhamma Mahāna: Vipassana center trust of Mongolia. Eronkhy said Amaryn Gudamj, Soyolyn Tov Orgoo, 9th floor, Suite 909, Mongolia Tel: [976] 9191 5892, 9909 9374; Contact: Central Post Office, P. O. Box 2146 Ulaanbaatar 211213, Mongolia Email: info@mahana.dhamma.org

Myanmar

Dhamma Joti: Vipassana Centre, Wingaba Yele Kyaung, Nga Htat Gyi Pagoda Road, Bahan, Yangon, Myanmar Tel: [95] (1) 549 290, 546660; Office: No. 77, Shwe Bon Tha Street, Yangon, Myanmar. Fax: [95] (1) 248 174 Contact: Mr. Banwari Goenka, Goenka Geha, 77 Shwe Bon Tha Street, Yangon, Myanmar Tel: [95] (1) 241 708, 253 601, 245 327, 245 201; Res. [95] (1) 556 920, 555 078, 554 459; Tel/Fax: Res. [95] (01) 556 920; Off. 248 174; Mobile: 95950-13929; Email: bandoola@mptmail.net.mm; Email: goenka@mptmail.net.mm, Email: dhammajoti@mptmail.net.mm

Dhamma Ratana: Oak Pho Monastery, Myoma Quarter, Mogok, Myanmar, Contact: Dr. Myo Aung, Shansu Quarter, Mogok. Mobile: [95] (09) 6970 840, 9031 861;

Dhamma Maṇḍapa: Bhamo Monastery, Bawdigone, Near Mandalay Arts & Science University, 39th Street, Mahar Aung Mye Tsp., Mandalay, Myanmar Tel: [95] (02) 39694

Dhamma Maṇḍala: Yetagun Taung, Mandalay, Myanmar, Tel: [95] (02) 57655 Contact: Dr Mya Maung, House No 33 , 25th Street, (Between 81 and 82nd Street), Mandalay, Myanmar Tel: [95] (02) 57655, Email: info@mandala.dhamma.org

Dhamma Makuṭa: Mindadar Quarter, Mogok.Mandalay Division, Myanmar. Tel: [95] (09) 80-31861.
Dhamma Manorama: Main road to Maubin University, Maubin, Myanmar. Tel: Contact: U Hla Myint Tin, Headmaster, State High School, Maubin, Myanmar. Tel: [95] (045) 30470
Dhamma Mahimā: Yechan Oo Village, Mandalay-Lashio Road, Pyin Oo Lwin, Mandalay Division, Myanmar. Tel: [95] (085) 21501.
Dhamma Manohara: Aung Tha Ya Qr, Thanbyu-Za Yet, Mon State, Contact: Daw Khin Kyu Kyu Khine, No.64 Aungsan Road, Set-Thit Qr, Thanbyu-Zayet, Mon State, Myanmar. Tel: [95] (057) 25607
Dhamma Nidhi: Plot No. N71-72, Off Yangon-Pyay Road, Pyinma Ngu Sakyet Kwin, In Dagaw Village, Bago District, Myanmar. Contact : Moe Mya Mya (Micky), 262-264, Pyay Road, Dagon Centre, Block A, 3rd Floor, Sanchaung Township, Yangon11111, Myanmar. Tel: 95-1-503873, 503516~9, Email: dagon@mptmail.net.mm
Dhamma Nānadhaja: Shwe Taung Oo Hill, Yin Ma Bin Township, Monywa District, Sagaing Division, Myanmar, Contact: Dhamma Joti Vipassana Centre
Dhamma Lābha: Lasho, Myanmar
Dhamma Magga: Near Yangon, Off Yangon Pegu Highway, Myanmar
Dhamma Mahāpabbata: Taunggyi, Shan State, Myanmar
Dhamma Cetiya Paṭṭhāra: Kaytho, Myanmar
Dhamma Myuradipa: Irrawadi Division, Myanmar
Dhamma Pabbata: Muse, Myanmar
Dhamma Hita Sukha Geha:Insein Central Jail, Yangon, Myanmar
Dhamma Hita Sukha Geha-2: Central Jail Tharawaddy, Myanmar
Dhamma Rakkhita: Thayawaddi Prison, Bago, Myanmar
Dhamma Vimutti: Mandalay, Myanmar

Sri Lanka

Dhamma Kūṭa: Vipassana Meditation Centre, Mowbray, Hindagala, Peradeniya, Sri Lanka, Tel/Fax: [94] (081) 238 5774; Tel: [94] (060) 280 0057; Website: www.lanka.com/dhamma/dhammakuta, Email: dhamma@sltnet.lk
Dhamma Sobhā: Vipassana Meditation Centre Balika Vidyala Road, Pahala Kosgama, Kosgama, Sri Lanka, Tel: [94] (36) 225-3955, Email: dhammasobhavmc@gmail.com
Dhamma Anurādha: Ichchankulama Wewa Road, Kalattewa, Kurundankulama, Anuradhapura, Sri Lanka. Tel: [94] (25) 222-6959; Contact: Mr. D.H. Henry, Opposite School, Wannithammannawa, Anuradhapura, Sri Lanka. Tel: [94] (25) 222-1887; Mobile. [94] (71) 418-2094. Website: www.anuradha.dhamma.org, Email: info@anuradha.dhamma.org

Taiwan

Dhammodaya: No. 35, Lane 280, C hung-Ho Street, Section 2, Ta-Nan, Hsin She, Taichung 426, P. O Box No. 21, Taiwan, Tel: [886] (4) 581 4265, 582 3932; AT room: 2581 7313; Fax: [886] (4) 581 1503; Website: www.udaya.dhamma.org, Email: dhammodaya@gmail.com
Dhamma Vikāsa: Long course centre, Taiwan

Thailand

Dhamma Kamala: Thailand Vipassana Centre, 200 Yoo Pha Suk Road, Ban Nuen Pha Suk, Tambon Dong Khi Lek, Muang District, Prachinburi Province, 25000, Thailand, Tel. [66] (037) 403- 514-6, [66] (037) 403 185; Website: http://www.kamala.dhamma.org/ Email: info@kamala.dhamma.org
Dhamma Ābhā: 138 Ban Huay Plu, Tambon Kaengsobha, Wangton District, Pitsanulok Province, 65220, Thailand, Tel : [66] (81) 605-5576, [66] (86) 928-6077; Fax : [66] (55) 268 049; Website: http://www.abha.dhamma.org/ Email: info@abha.dhamma.org
Dhamma Suvaṇṇa: 112 Moo 1, Tambon Kong, Nongrua District, Khonkaen Province, 40240, Thailand Tel [66] (08) 9186-4499, [66] (08) 6233-4256; Fax [66] (043) 242-288; Website: http://www.suvanna.dhamma.org/ Email: info@suvanna.dhamma.org
Dhamma Kañcana: Mooban Wang Kayai, Tambon Prangpley, Sangklaburi District, Kanchanaburi Province, Thailand, Tel. [66] (08) 5046-3111 Fax [66](02) 993-2700 Email: info@kancana.dhamma.org
Dhamma Dhāni: 42/660 KC Garden Home Housing Estate, Nimit Mai Road, East Samwa Sub-district, Klongsamwa District, Bangkok 10510, Thailand, Tel. [66] (02) 993-2711 Fax [66] (02) 993-2700, Email: info@dhani.dhamma.org
Dhamma Sīmanta: Chiengmai, Thailand Contact: Mr. Vitcha Klinpratoom, 67/86, Paholyotin 69, Anusaowaree, Bangkhen, BKK 10220 Thailand, Tel: [66] (81) 645

7896; Fax: [66] (2) 279 2968; Email: vitchcha@yahoo.com Email: info@simanta.dhamma.org

Dhamma Porāṇo: A meditator has donated six acres of land near Nakorn Sri Dhammaraj (the name of the city), an important and ancient sea-port.

Dhamma Puneti: Udon Province, Thailand

Dhamma Canda Pabhā: Chantaburi, an eastern town about 245 kilometres from Bangkok

Australia & New Zealand

Dhamma Bhūmi: Vipassana Centre, P. O. Box 103, Blackheath, NSW 2785, Australia, Tel: [61] (02) 4787 7436; Fax: [61] (02) 4787 7221, Website: www.bhumi.dhamma.org, Email: info@bhumi.dhamma.org

Dhamma Rasmi: Vipassana Centre Queensland, P. O. Box 119, Rules Road, Pomona, Qld 4568, Australia, Tel: [61] (07) 5485 2452; Fax: [61] (07) 5485 2907, Website: www.rasmi.dhamma.org, Email: info@rasmi.dhamma.org

Dhamma Pabhā: Vipassana Centre Tasmania, GPO Box 6, Hobart, Tasmania 7001, Australia, Tel: [61] (03) 6263 6785; Website: www.pabha.dhamma.org, Course registration & information: [61] (03) 6228-6535 or (03) 6266-4343, Email: info@pabha.dhamma.org

Dhamma Āloka: P. O. Box 11, Woori Yallock, VIC 3139, Australia, Tel: [61] (03) 5961 5722; Fax: [61] (03) 5961 5765, Website: www.aloka.dhamma.org, Email: info@aloka.dhamma.org

Dhamma Ujjala: Mail to: PO Box 10292, BC Gouger Street, Adelaide SA 5000, [Lot 52, Emu Flat Road, Clare SA 5453, Australia] Tel contact: Anne Blizzard [61] (0)8 8278 8278; Email: info@ujjala.dhamma.org

Dhamma Padīpa: Vipassana Foundation of WA, Australia, Website: www.dhamma.org.au, Contact: Andrew Parry C/- 13 Goldsmith Road, Claremont, WA 6010, Australia. Tel: [61]-(8)-9388 9151. Email: andparry@optusnet.com.au, Email: info@padipa.dhamma.org

Dhamma Medinī: 153 Burnside Road, RD3 Kaukapakapa, Rodney District, New Zealand, Tel: [64] (09) 420 5319; Fax: [64] (09) 420 5320; Website: www.medini.dhamma.org, Email: info@medini.dhamma.org

Dhamma Passaddhi: Northern Rivers region, New South Wales, Email: info@passaddhi.dhamma.org

Europe

Dhamma Dīpa: Harewood End, Herefordshire, HR2 8JS, UK Tel: [44] (01989) 730 234; male AT bungalow: [44] (01989) 730 204; female AT bungalow: [44] (01989) 731 024; Fax: [44] (01989) 730 450; Website: www.dipa.dhamma.org, Email: info@dipa.dhamma.org

Dhamma Padhāna: European Long-Course Centre, Harewood End, Herefordshire, HR2 8JS, UK Direct line: Male AT room, (44) 01989 731025, Direct line: Female AT room, (44) 01989 731026, elcc-Email: info@eu.region.dhamma.org.Website: www.eu.region.dhamma.org/os username <oldstudent> password <behappy>

Dhamma Dvāra: Vipassana Zentrum, Alte Strasse 6, 08606 Triebel, Germany, Tel: [49] (37434) 79770; AT room: (male) 799 776 (female) 799 748; Fax: [49] (37434) 79771 Website: www.dvara.dhamma.org, Email: info@dvara.dhamma.org

Dhamma Mahī: France Vipassana Centre, Le Bois Planté, Louesme, F-89350 Champignelles, France. Tel: [33] (0386) 457 514; Fax [33] (0386) 457 620; AT room: 457 780; Website: www.mahi.dhamma.org, Email: info@mahi.dhamma.org

Dhamma Nilaya: 6, Chemin de la Moinerie, 77120, Saints, France, Tel/Fax: [33] 1 6475 1370; Mobile: 0609899079, Email: vcjuly2001@orange.fr

Dhamma Aṭala: Vipassana Centre, SP29, Lutirano 15 50034 Lutirano (Fi) Italy, Tel: Off. [39] (055) 804 818; AT Room: [39] (055) 804 9600; Website: www.atala.dhamma.org, Email: info@atala.dhamma.org

Dhamma Sumeru: Centre Vipassana, No. 140, Ch-2610 Mont-Soleil, Switzerland, Tel: [41] (32) 941 1670; Male AT room: [41] (32) 941 1654; Female AT room: [41] (32) 940 1872; Fax: [41] (32) 941 1650; Website: www.sumeru.dhamma.org, Email: info@sumeru.dhamma.org, Registration office: Email: registration@sumeru.dhamma.org

Dhamma Neru: Centro de Meditación Vipassana, Cami Cam Ram, Els Bruguers, A.C.29, Santa Maria de Palautordera, 08460 Barcelona, Spain, Tel: [34] (93) 848 2695; AT room: [34] (93) 848 1623; Fax: [34] (93) 848 0624; Website: www.neru.dhamma.org, Email: info@neru.dhamma.org

Dhamma Pajjota: Vipassana Centrum, Driepaal 3, 3650 Dilsen-Stokkem, Belgium, Tel: [32] (089) 518 230; AT room: (089) 518 233; Fax: [32] (089) 518 239; Email: info@pajjota.dhamma.org

Dhamma Sobhana: Lyckebygården, S-599 93 Ödeshög, Sweden. Tel: [46] (143) 211

36; AT room: [46] (143) 211 38; Website: www.sobhana.dhamma.org, Email: info@sobhana.dhamma.org
Dhamma Pallava: Poland

North America

Dhamma Dharā: VMC, 386 Colrain-Shelburne Road, Shelburne MA 01370-9672, USA Tel: [1] (413) 625 2160; [Ext. 201 for direct line to AT room and Ext. 4 for office] Fax: [1] (413) 625 2170; Website: www.dhara.dhamma.org, Email: info@dhara.dhamma.org
Dhamma Kuñja: Northwest Vipassana Center, 445 Gore Road, Onalaska, WA 98570, USA Tel/Fax: [1] (360) 978 5434, Reg Fax: [1] (360) 242-5988; Website: www.kunja.dhamma.org, Email: info@kunja.dhamma.org
Dhamma Mahāvana: California Vipassana Center, 58503 Road 225, North Fork, California, 93643, Mailing address: P. O. Box 1167, North Fork, CA 93643, USA, Tel: [1] (559) 877 4386; Fax [1] (559) 877 4387; Website: www.mahavana.dhamma.org, Email: info@mahavana.dhamma.org
Dhamma Sirī: Southwest Vipassana Center, 10850 County Road 155 A Kaufman, TX 75142, USA, Mailing address: P. O. Box 7659, Dallas, TX 75209, USA Tel: [1] (972) 962-8858; Fax: [1] (972) 346-8020 (registration); [1] (972) 932-7868 (center); Website: www.siri.dhamma.org, Email: info@siri.dhamma.org
Dhamma Surabhi: Vipassana Meditation Center, P. O. Box 699, Merritt, BC V1K 1B8, Canada, Tel: [1] (250) 378 4506; Website: www.surabhi.dhamma.org, Email: info@surabhi.dhamma.org
Dhamma Maṇḍa: Northern California Vipassana Center, Mailing address: P. O. Box 265, Cobb, Ca 95426, USA, Physical address: 10343 Highway 175, Kelseyville, CA 95451, USA, Tel: [1] (707) 928-9981; Website: www.manda.dhamma.org, Email: info@manda.dhamma.org
Dhamma Suttama: Centre Vipassana du Quebec, Box 1055,, Sutton, QC J0E 2K0, Canada, Tel: [1] (450) 538-2888; [1] (514) 481-3504; Fax: [1] (514) 879 3437; Website: www.suttama.dhamma.org, Email: info@suttama.dhamma.org
Dhamma Pakāsa: Illinois Vipassana Meditation Center, 10076 Fish Hatchery Road, Pecatonica, IL 61063, USA, Tel: [1] (815) 489-0420; Fax [1] (360) 283-7068, Website: www.pakasa.dhamma.org, Email: info@pakasa.dhamma.org
Dhamma Toraṇa: Ontario Vipassana Centre, 6486 Simcoe County Road 56, Egbert, Ontario, L0L 1N0 Canada, Tel: [1] (705) 434 9850; Website: www.torana.dhamma.org, Email: info@torana.dhamma.org
Dhamma Vaddhana: Southern California Vipassana Center, P.O. Box 486, Joshua Tree, CA 92252, USA. Tel: [1] (760) 362-4615;; Website: www.vaddhana.dhamma.org, Email: info@vaddhana.dhamma.org
Dhamma Patāpa: Southeast Vipassana Trust, Jessup, Georgia, South East USA Website: www.patapa.dhamma.org
Dhamma Modana: Canada, Tel: [1] (250) 483-7522; Website: www.modana.dhamma.org, Email: info@modana.dhamma.org
Dhamma Karunā: Alberta, Canada

Latin America

Dhamma Santi: Centro de Meditação Vipassana, Miguel Pereira, Brazil, Tel: [55] (24) 2468 1188. Website: www.santi.dhamma.org, Email: info@santi.dhamma.org
Dhamma Makaranda: Centro de Meditación Vipassana, Valle de Bravo, Mexico, Tel: [52] (726) 1-032017, Registration and information: Vipassana Mexico, P. O. Box 202, 62520 Tepoztlan, Morelos, Tel/Fax: [52] (739) 395-2677; Website: www.makaranda.dhamma.org, Email: info@makaranda.dhamma.org
Dhamma Pasanna: Melipilla, Chile, Email: info@pasanna.dhamma.org
Dhamma Sukhadā: Buenos Aires, Argentina, Contact: Vipassana Argentina, Tel: [54] (11) 6385-0261; Email: info@ar.dhamma.org
Dhamma Veṇuvana: Centro de Meditación Vipassana, 90 minutes from Caracas, Sector Los Naranjos de Tasajera, Cerca de La Victoria, Estado Aragua, Venezuela. (See map on the website)Tel: [58] (212) 414-5678, For information and registration: Calle La Iglesia con Av. Francisco Solano, Torre Centro Solano Plaza, Of. 7D, Sabana Grande, Caracas, Venezuela. Phone: [58](212) 716-5988, Fax: 762-7235, Website: www.venuvana.dhamma.org, Email: info@venuvana.dhamma.org
Dhamma Suriya: Centro de Meditación Vipassana, Cieneguilla, Lima, Perú, Email: info@suriya.dhamma.org

South Africa

Dhamma Patākā: (Rustig) Brandwacht, Worcester, 6850, P. O. Box 1771, Worcester 6849, South Africa, Tel: [27] (23) 347 5446; Contact: Ms. Shanti Mather, Tel/Fax: [27] (028) 423 3449; Website: www.pataka.dhamma.org, Email: info@pataka dhamma.org

ISBN 978-81-7414-324-2

VRI - H6 1